

Mountain Voices

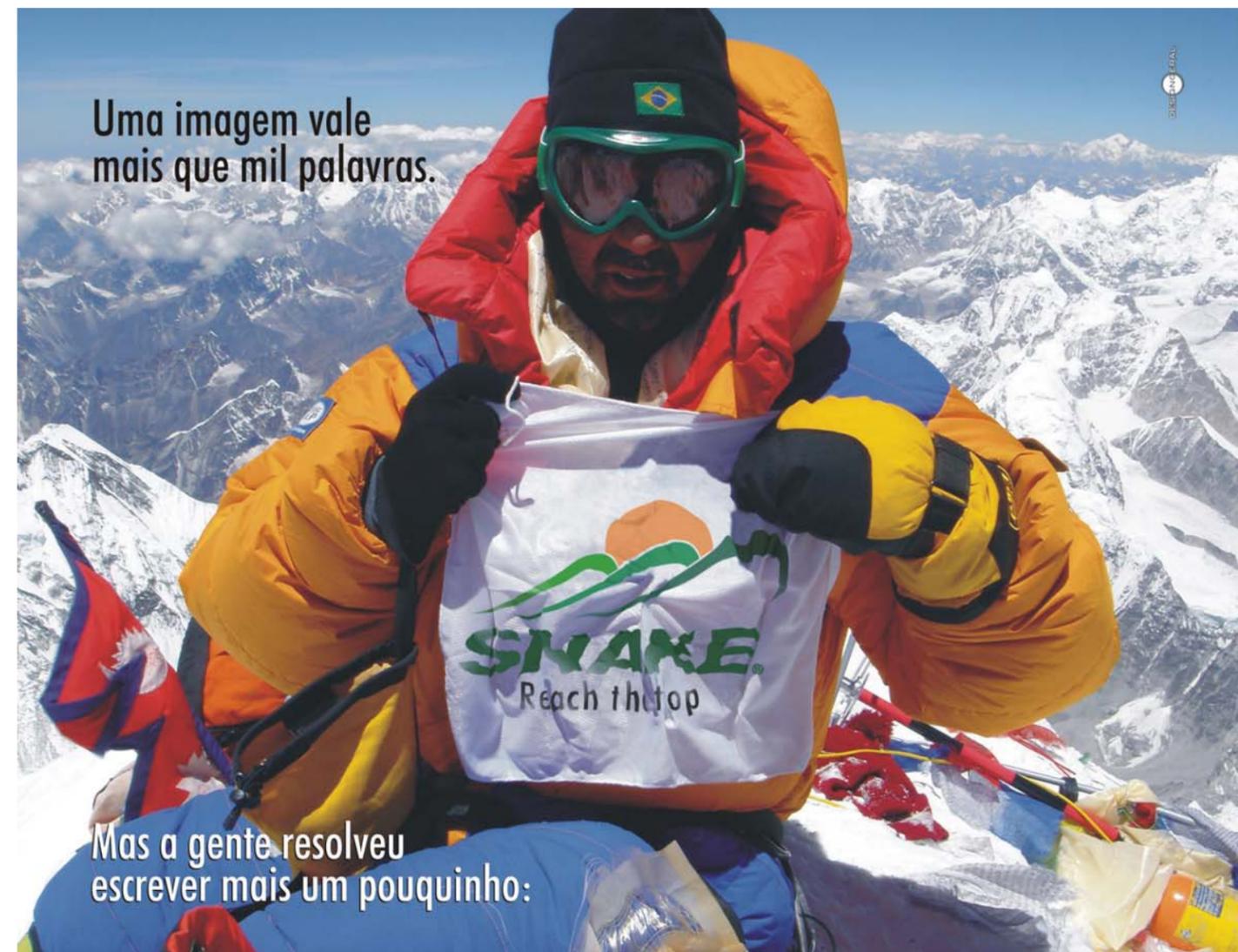
Informe Brasileiro de Montanhismo e Escalada



Treino
Building
Indoor
Competições
Garrafão
Big wall no Espírito Santo

Ano XVII - # 86 - Set/Out 2005

Uma imagem vale
mais que mil palavras.



Mas a gente resolveu
escrever mais um pouquinho:

Irivan Burda - Montanhista/Eng. Mecânico - Brasileiro
Tester Snake no Cume do Everest em 02 de junho de 2.005
Expedição "10 Anos do Brasil no Everest, 1995-2005"
Foto by Waldemar Niclevicz.



www.snake.com.br

Curtlo, aonde você for!



VERTICAL 20+8L

- ▶ Expandir lateral (aumento de capacidade);
- ▶ Bariqueiras destacáveis;
- ▶ Racks nas alças;
- ▶ Amplo bolso interno em tela;
- ▶ Fitas laterais compressoras de cordas ou outros equipamentos.



HIGHLANDER 35+5L

- ▶ Aberturas laterais para fácil acesso;
- ▶ Bolsos laterais com aberturas em elástico;
- ▶ Tampa com regulagem de altura;
- ▶ Bolsos em tela acoplados na barrigueira;
- ▶ a mais leve da categoria;
- ▶ Compartimento interno para reservatório de água.

Foto/DG: Alirio de Castro



Montanhistas na Adventure Sports Fair

SILVÉRIO NÉRY | SP

Os montanhistas tiveram este ano uma participação importante na Adventure Fair. Com a inestimável ajuda de dezenas de voluntários de vários estados, os montanhistas estiveram muito bem representados na Adventure 2005 através da CBME.

Já no dia 24, na abertura da Feira, tivemos a visita do Secretário Lars Graef ao nosso estande.

No dia 25 de agosto, com sala cheia, ministrei a palestra Grandes Aventuras, Pequenos Impactos, mostrando a prática ecologicamente correta e responsável do trekking, com ênfase nos cuidados que os praticantes de esportes de aventura devem tomar para não causar danos ao meio ambiente.

No sábado, dia 27, aconteceu a Assembléia Geral Extraordinária, quando foi formalizada a filiação da FGM - Federação Gaúcha de Montanhismo. Destaque também para as apresentações de Sandro Nunes sobre o programa Adote uma Montanha e de Rosita Belinky sobre o desempenho dos atletas brasileiros no mundial de escalada esportiva nos últimos anos e as vantagens da filiação da CBME à UIAA.

Ainda no sábado, atendendo a convite de Rodrigo Raineri, apresentei um breve resumo sobre a CBME com ênfase no programa Adote uma Montanha para a sala superlotada que aguardava a palestra do Rodrigo e do Vitor Negrete sobre a recente ascensão que fiz-



Silvério Néry e Lars Graef no estand da CBME

eram ao Everest (sem dúvida, a palestra mais concorrida da Feira). Nossa presença no Congresso e na área de exposições com estande próprio permitiu inúmeros contatos que deverão render muitos frutos positivos a curto e médio prazo.

V Mostra Internacional de Filmes de Montanha

ALEXANDRE DINIZ | RJ

O grande sucesso da Mostra Competitiva mostrou que estávamos certos quando pensamos em criar um espaço, até então inédito, para a divulgação dos trabalhos de produtores amadores e profissionais de filmes relacionados à montanha.

A inscrição de 16 filmes confirma a ideia que produtores nós temos, porém não existiam oportunidades para a divulgação de seus trabalhos. A participação calorosa do público, que lotou o Odeon e fez questão de votar, confirmou outra ideia, temos um público fiel e crescente.

A primeira edição da Mostra Competitiva contou com uma grande participação do público que elegeu o melhor filme através de cédulas distribuídas na entrada de cada sessão. O vídeo "Cinquentona Gallotti" foi eleito o vencedor, que além de receber o troféu Corcovado, foi inscrito no processo seletivo do Banff Mountain Film Festival de 2004.

Em resposta a esta grande participação, e como não poderia deixar de ser, estamos lançando novamente a Mostra Competitiva, que será realizada nos dias 4 e 5 de novembro, no Cine Odeon, Rio de Janeiro, RJ.



Conquistadores da chaminé Gallotti, no Pão de Açúcar

Portanto, não fique parado! Câmera na mão e ação! Rode o seu filme e nos envie até o dia 17 de setembro. Boa sorte. Para maiores informações, acesse o site da organização da Mostra www.9dproducoes.com.br.

CBME incorpora o site Segurança em Montanha

DIMAS M. DE NOVAIS | SC

A partir do mês de junho, a coordenação e o gerenciamento do site de montanhismo segurancaemmontanha.com.br passa ser da Confederação Brasileira de Montanhismo e Escalada.

Os proprietários do site acabam de fazer a doação e o site deixa de ser particular e passa a ser um site de domínio da CBME.

Essa é uma ferramenta de suma importância para nós. Através dele podemos orientar, prevenir e cadastrar os acidentes ocorridos no nosso território, mas para que tenha uma boa utilização precisaria da ajuda de todas as Federações, Clubes e Associações na sua divulgação.

Todos os acidentes devem ser cadastrados no site para que possamos produzir o relatório anual de acidentes e que essas informações possam ser usadas em prol de melhorias da comunidade excursionista, tais como uma estatística confiável para que, por exemplo, agências de seguros pos-

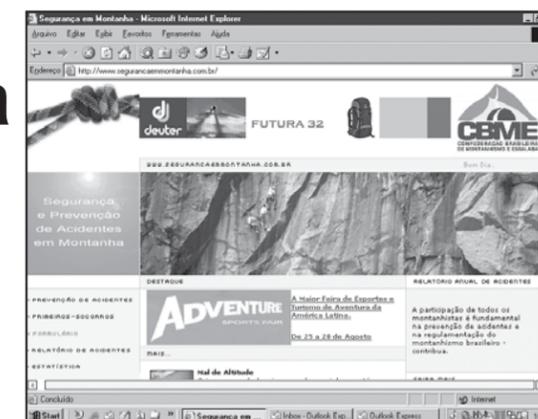
sam usar como base e finalmente termos um seguro voltado ao montanhista.

Além disso para ter o principal, que é a prevenção de acidentes, aprendendo com o erro dos outros evitamos sermos as próximas vítimas!

Venho solicitar também às Federações, Clubes e Associações a coleta de material impresso emitido pelas mídias locais, recortes de jornais relatando o acidente, a fim de termos na biblioteca da CBME. Espero que vocês nos ajudem na divulgação e a utilização desse veículo de informação aos montanhistas do nosso país.

Aproveitando também venho solicitar a vocês matérias relacionadas às técnicas de prevenção de acidentes.

Estou aguardando as dúvidas e sugestões para que possamos desenvolver um excelente trabalho para a nossa Confederação. Contatos: fone: (48) 331-3009 ou e-mail: dimas@clemar.com.br



Para escalar basta navegar



Sua completa loja de artigos esportivos, agora também na internet.

www.primataonline.com.br



Trilhas & Rumos ABRIGOS Técnicos

Proteja-se do frio, vento, chuva... a um custo justo!

Abrigo PARKHA

- Tecido Dry Tech suporta 1.200 mm de coluna d'água.
- Vários bolsos externos e internos.
- Ventilação por zíper sob os braços.
- Forro em tela respirável.
- Costuras seladas.

Abrigo PARKHA KLIMA

- Casaco "três em um": anorak e casaco de fibra polar em uma peça só, mas que pode ser desmembrada em duas.
- Casaco externo possui impermeabilização para 1.200 mm de coluna d'água e costuras seladas.
- Vários bolsos e reforços em tecido rip-stop.
- Ventilação por zíper sob os braços.
- Casaco interno THERMOTEX pode ser adquirido em separado.

Casaco THERMOTEX

- Fleece tipo polar, leve e lavável.
- Dois bolsos laterais para as mãos e um no peito.
- Reforços de náilon nos ombros e cotovelos.

Calça CLIMATIC

- Tecido Dry Tech suporta 1.200 mm de coluna d'água.
- Costuras seladas e reforços em tecido rip-stop.
- Zíper nas pernas facilitam vesti-la mesma com botas.

www.trilhaesrumos.com.br (21) 2742-9652 TERESÓPOLIS - RJ



gringa climbing

agarras training systems

(11) 7122-1271
gringacimbing@hotmail.com

Ranking Brasileiro 2005

ALEXANDRE DINIZ | RJ

Após duas disputadas etapas, o ranking brasileiro tem o paranaense Eduardo Mazza "Formiga" na liderança do masculino e a carioca Raquel Guilhon no feminino. Os atletas André Berezoski e Janine Cardoso, favoritos ao título de 2005, estavam na Europa disputando o mundial de Escalada Esportiva e não

podem comparecer a etapa de Belo Horizonte. A segunda etapa não teve somente a grande performance do Formiga e da Raquel, mas se destacou também como uma das melhores competições já realizadas em solo brasileiro, segundo depoimentos dos próprios atletas. Mais um ponto para a escalada

esportiva brasileira que vem tentando ganhar fronteiras nas competições internacionais. Quanto mais organizadas e profissionais forem nossas etapas, mais chances temos de termos atletas no mundial. A próxima etapa será no Paraná, nos dias 17 e 18 de setembro. Participe! Abraços.

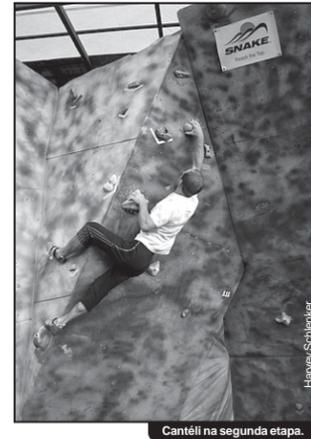
Ranking Paranaense

FLAVIO CANTÉLI | PR

O Ranking Paranaense deste ano contou com duas etapas, a primeira foi realizada no ginásio de escalada Campo Base, no centro de Curitiba e a segunda no Refugio de Montanha 5.13. Na primeira etapa os vencedores foram Juca Cantéli, Diogo Ratacheski, Emerson Birobiri, Eduardo Formiga e Carlos Michel

Para a primeira etapa o Campo Base

cedeu suas modernas estruturas, e para a segunda etapa a 5.13 entrou com seu espaço super astral no pé do Morro do Anhangava. Ambas as competições contaram com a parte organizacional da AEEP. Ainda neste final de ano estaremos realizando o Ranking Paranaense de Dificuldade e no dia 17 de setembro, a terceira etapa do Ranking Brasileiro, no ginásio Campo Base, Trav. da Lapa, 400 - Curitiba, PR. Após a etapa e a partir das 23:00hs acontecerá uma festa eletrônica para comemorar os sete anos do Campo Base. Não percam e contamos com a presença de todos.



Cantéli na segunda etapa.

Campeonato Paulista

NEUSA VEDOVATO | SP

A quarta e última etapa do Campeonato Paulista acontecerá no próximo dia 01 de outubro, na modalidade Boulder. O local será o Ginásio Rocódromo, Av. Casa Verde, 3050 - Casa Verde - SP. O format para esta etapa será de Festival para categoria Iniciante das 9:00 às 12:00hs e campeonato para as categorias Intermediário e Master à partir das 15:00hs. Às 14:00hs serão premiados os finalistas de 2005 da categoria Iniciantes.

Os route setters serão André Berezosky, Kesler Jamal e Gabriel Ortiz.

Veja abaixo a disputa pelo primeiro lugar em cada categoria:

Iniciante Feminino até 17 anos:
Ana Paula Veloso - líder isolada
Iniciante Feminino acima de 17 anos:
Andréia Rissi e Marina Vachkovskaia
Iniciante Masculino até 14 anos:
Pedro Campos e Eduardo Silva de Paula
Iniciante Masculino de 15 à 19 anos:
Lukas Ramos Budenbender e Claudio M. Gomes de Oliveira
Iniciante Masculino acima de 19 anos:
Alexandre Rajagopalan e Lucas M. Rivero Rodrigues
Intermediário Masculino:
Fernando Carvalho dos Reis e Caio P. Sanfelice



Pódium feminino.

Master Feminino:
Thais Makino Shiraywa e Carla A. Ortega Reis
Master Masculino:
João R. Da Costa Gonçalves e Felipe Gomes Camargo
Inscrições no site da Associação Paulista de Escalada Esportiva: www.apee.com.br



BLOK 5*

FESTIVAL DE ESCALADA
ESCALADA * MUSICA * MONTANHISMO

Já está tudo pronto... esperando por VOCÊ

hostess:





www.guideaventura.com.br



www.snake.com.br



www.solo.com.br



www.penatrilha.com.br



www.webventure.com.br



www.trilhaseremos.com.br



www.curtis.com.br



www.casadepedra.com.br







NOVENTAGRAUS.COM.BR



www.equinox.com.br

Only For Fun! Evento não competitivo, para todas as idades, do iniciante ao mestre Escalada Inauguração de novo point
Expo de Equipamentos conheça as novidades desta temporada Expo Fotográfica InstHabilidade de Marcela Chaves RJ
+ fotógrafos convidados do RJ, SP, PR, SC e MG apresentando suas melhores imagens Vídeo Brasil Vertical de Guilherme Zavaschi e Tiago Balen RS
Eleto Party Dio (BoomFestival*Portugal) Pitonhead + Beavis (Trancedance*SP) Sonic (Zamatroupe*SP) Bruno Mattos (NovaFM*SP)

REALIZANDO O FUTURO
parceria: **PARAISOPOLIS**
PREFEITURA MUNICIPAL
TURISMO E CULTURA

24 E 25 DE SETEMBRO
PARAISOPOLIS * MG
WWW.MOUNTAINVOICES.COM.BR/BLOK

After Rock...
After Sports...
AFTER VACA !?...
After Hard Work...
After Burn...
AFTER SCRATCH...

be FLOSS...

Nova linha Lifestyle SOLO
o máximo de conforto para você vestir seu estilo em todos os momentos.
(maiores informações em nosso site ou > info@solobr.com)

Camisa **QUEST**

Camisa em algodão, modelagem ampla, que privilegia a liberdade de movimentos e conforto. Exclusiva estampa, confere a peça visual arrastado.

Especificações:
Tamanhos P, M, G, GG
Tecido Algodão Composição 100% Algodão



www.solobr.com

indoor

Nas Bancas

dia 25 de setembro

Edição Especial de Aniversário

Sete anos servindo os aventureiros do Brasil



Escalada na Bolívia

Grupo de São Paulo reliza ascensão ao Huayna Potosi.

FÁBIO LOURENÇO | SP

No dia 02 de julho teve início a Expedição Bolívia 2005, onde um grupo de escaladores formado por duas mulheres e cinco homens, liderados por Leonardo Juliano Mangano, deixou SP com destino a cidade de La Paz, na Bolívia. O objetivo do grupo é a Cordilheira Real, cadeia de montanhas que circunda a cidade, onde pretendem escalar a Huayna Potosi cujo cume atinge 6.088m de altura. Toda a aventura tem prazo de quinze dias para ser executada.

Leonardo, da academia de escalada Rocódromo de SP, organizou essa aventura, que teve como principal diferencial o seu caráter comercial. A viagem foi feita de ônibus até a cidade de Corumbá onde seguiram, de trem, para Santa Cruz De La Sierra, na Bolívia onde tomaram um ônibus até La Paz.

No primeiro dia, a equipe se hospedou no hotel em La Paz e logo em seguida reservaram os equipamentos de alta montanha que seriam necessários a subida. Acertaram o cronograma para 4 dias fazendo passeios de aclimação nas imediações de La Paz, a 3.600m de altitude. Nos passeios o grupo pode visitar as ruínas pré-incas de Tiwanaku, que datam a 1.500 aC. e teve somente 10% de todo seu território escavado até o momento. Também escalaram, como parte do treino, a Muela del Diabolo, que é uma montanha de rocha de 4.100 metros. Mantiveram um ritmo de 4 horas, em média, de caminhadas por dia durante essa fase de aclimação.

No dia 8, o grupo se direcionou para a base da montanha de Chacaltaya, por onde começa a expedição em direção ao Segundo Pico, que fica logo a frente da anterior, pertencente à mesma cadeia, recebendo esse nome. O plano era subir e descer as duas montanhas, chegando a base da Huayna Potosi que fica na sequência, acampando no Acampamento Base a 4.800 metros. A Chacaltaya mede 3.395m, já o Segundo Pico, 5.450m e são atravessados por uma trilha de pedras soltas, marcadas pela pouca vegetação rasteira nos vales, acostumada com o clima seco e frio. No cume das montanhas o degelo já provocou alterações visíveis e onde antes havia neve, hoje existe somente um pouco de gelo. Essas alterações modificaram bastante a superfície das montanhas, o que levou Leonardo a optar pela contratação de dois guias locais para acompa-

nharem o grupo na investida. O guia internacional de alta montanha Genaro, que mora no local é um velho amigo do líder, e junto com seu assistente Norberto auxiliaram a equipe nas novas condições. Durante essa travessia é possível avistar o Lago Titicaca, as cidades de La Paz e El Alto e também a almejada terceira montanha, destino do grupo. A caminhada foi feita com sol e clima seco a uma temperatura entre 0 e -5° C. Na descida da segunda montanha a equipe foi forçada a mudar seus planos devido ao mal-estar sentido por dois integrantes. André sofria com dores de cabeça, já Cássia, contou que sentiu dificuldades para se alimentar e a partir dos 5.000m teve sangramento nasal. Todos decidiram retornar ao hotel e recomeçar no dia seguinte, pela manhã, abandonando assim a noite que deveria ser passada a 4.800m, no Acampamento Base. Na manhã seguinte, dia 9, o grupo utilizou transporte para chegar até a base do Huayna Potosi logo pela manhã onde montaram acampamento e separaram o equipo para investida do dia seguinte. O dia foi tirado para descanso e adaptação à altitude. Durante a noite muitos integrantes não conseguiram dormir bem e um deles resolveu desistir, voltando para o hotel. Sérgio desistiu devido ao grande cansaço físico, causado pela subida e embora tivesse vontade de seguir em frente achou mais sensato parar por ali. Do acampamento base para o acampamento 1 (chamado de Campo Roca a 5.200m) a subida bem protegida, foi feita em 7 pessoas, mais os 2 guias, com o tempo seco e frio à aproximadamente -10°C. O ataque começou por volta da 1 da manhã e novamente houve desistências. As duas mulheres da equipe desistiram pela dificuldade que tiveram com a trilha íngreme, do Base até o 1. A saída estava planejada para 1 hora da manhã e foi feita em 5 homens até a base da parede da montanha onde começa a escalada. Daí pra frente a equipe segue encordada e utilizando equipamento para escalada em gelo. Na parede, mais uma desistência, antes da escalada, mais um membro voltou para à barraca. A temperatura caía por volta de -13°C a uma e meia da manhã. A subida iniciou em 4 pessoas, meia hora depois, outra desistência, agora por falta de ar. 10 minutos depois o 3º componente Marcelo, desistiu por causa de um de seus pés que entrava em congelamento, causado pela água de uma poça em que pisou aci-



dentalmente. Os desistentes foram conduzidos para o acampamento em segurança, pelo guia Genaro. Enfim Renato, Leonardo e o guia assistente Norberto, seguiram a partir de 5.300m por toda a madrugada que teve queda de temperatura a -18°C por volta das 4 horas da manhã. Leonardo conta que a montanha mudou muito de 2 anos pra cá apresentando muito mais fendas do que antes.

A subida foi marcada por paradas de uma em uma hora para regularização da respiração. A caminhada foi feita com os dois membros encordados entre si, com apoio de piquetas e utilizando os grampos nas botas. Nas 3 passagens técnicas, o piolet foi utilizado de fato e não somente como apoio. Daí pra frente a montanha é constituída por formações de gelo chamadas de penitentes. Existem várias gretas na montanha, com exposição altíssima devido ao degelo e em algumas não é possível ver o fundo.

A 6.000 metros existe uma base que inicia os 200m de escalada a 50 graus de inclinação,



onde há poucos anos atrás era possível fazer uma escalaminhada em neve. Hoje a escalada é feita em penitentes, tornando bem mais técnica essa passagem.

A principal surpresa que os dois escaladores tiveram, foi justamente na chegada ao cume. Antigamente lá existia um base de gelo, com capacidade pra receber 15 escaladores, hoje não existe mais. O cume se tornou uma faca onde, não existe platô e pode-se apenas se apoiar com as mãos e olhar o outro lado da montanha, como se fosse um muro onde você sobe e olha o outro lado. A chegada ao cume (6.088m) ocorreu às 9 e meia da manhã, quando os escaladores com rádio em funcionamento, puderam comunicar a base sobre o sucesso e as fotos de praxe foram feitas.

Na descida existe uma passagem técnica, onde é necessário escalar uma greta de gelo. Anos atrás haviam escadas de alumínio nela, mas devido ao degelo, a greta perdeu as pontas se tornando gigante. Por isso a volta necessita ser feita com. Leonardo conta que enquanto estavam nessa situação lembraram do filme "Touch in the void" onde acontece uma situação semelhante. O resto se deu por uma caminhada tranquila até o acampamento 1. A mochila cargueira foi resgatada nesse ponto, onde começou a descida sentido ao Acampamento Base. Do 1 até o Base a descida demorou aproximadamente 1 hora e meia. Na base a equipe se reuniu novamente e foi a festa do reencontro. A montanha está bem mais difícil do que anteriormente, exigindo bem mais conhecimentos de escalada em gelo, mas a expedição teve sucesso mesmo com 2 integrantes apenas.

Na volta para a cidade a equipe passou 2 dias em La Paz onde comeram bastante, conheceram a região e compraram lembranças.

Na saída do país a polícia Federal Boliviana, encrespou com o grupo querendo cobrar propina para liberar os passaportes de 2 membros da equipe sem motivos. A extorsão clara foi feita em troca de miserios 4 reais de cada um deles. A pior parte na logística da viagem é com relação ao transporte, que na Bolívia não segue os horários estabelecidos e nem tem saída garantida no mesmo dia.

A satisfação do grupo foi o ponto mais forte da expedição, onde todos respeitaram seus limites e ficaram muito contentes, mesmo os que não chegaram ao cume.

O patrocínio foi muito difícil de ser conseguido. Os equipamentos de alta montanha não foram cedidos por nenhuma marca, a única que havia se interessado, ofereceu poucas condições, tratando a viagem como se fosse um passeio ao parque. O patrocínio foi oferecido pela Ypon equipamentos fotográficos em parceria com a Alps Escola de Inglês, que ofereceram, filmes, baterias, revelação e afins.

Internacional

Rowell continua ajudando o Tibet, The Mountaineers sofre com tragédia, Rota de 1.800m no Paquistão...

EUSEU FRECHOU | SP

Rowell Fund

O conhecido escalador e fotógrafo Galen Rowell, que junto com sua esposa e companheira de aventuras Barbara morreu em 2002 em um acidente de avião, durante sua vida foi incentivador da produção de livros e imagens que ajudassem e protegessem eco-sistemas e culturas ameaçadas ao redor do mundo. Sua paixão pelo Tibet extrapolou três décadas de viagens e ações por este lugar. Foi criado recentemente por familiares e amigos o Rowell Fund, para ajudar tibetanos a trabalhar em áreas como jornalismo, fotografia e filmagens em projetos ambientais e humanitários.

Em agosto passado um grupo de montanhistas liderados por Conrad Anker, Jimmy Chin e David Breashers fizeram uma série de escaladas em Jackson Hole, Colorado, EUA com o objetivo de angariar dinheiro para a instituição. Para maiores informações, veja o site www.savetibet.com

Tragédia nos EUA

No início do mês de julho em Seattle, aconteceu um dos piores acidentes da América do Norte, quando um grupo do The Mountaineers de 4 instrutores de escalada seguidos de 2 alunos (ironicamente os únicos que não se machucaram), sofreu uma queda de pedras que resultou em uma sequência de fatalidades.

Os escaladores estavam fazendo a aproximação no Sharkfin, uma das montanhas Cascades, quando uma avalanche de rocha atingiu a líder Johanna Backus, cegando-a. O grupo resolveu retornar ao mesmo tempo que as condições climáticas comaçaram a piorar.

De acordo com o chefe do resgate, em um trecho acidentado, o grupo resolveu montar um rapel em um bloco. Os dois alunos desceram sem problemas, mas quando os guias Wayne McCourt e Mark Harrison iniciaram um rapel simultâneo com Johanna entre eles, o bloco de ancoragem não aguentou o peso de três pessoas e se desprendeu, arrastando também John Augenstein que estava preso a corda e ficou gravemente ferido. Johanna e Mark morreram instantaneamente. Os alunos desceram para pedir socorro. Ao anoitecer Augenstein não resistiu aos ferimentos e faleceu.

Os 14 para Viesturs

"Este é o dia mais feliz da minha vida... este é o dia mais difícil da minha vida" disse via rádio o montanhista americano Ed Viesturs do topo do Annapurna. Naquele momento Ed se tornou a sétima pessoa a fazer os 14 cumes de 8 mil metros do planeta sem uso de oxigênio. O primeiro a atingir a façanha foi o italiano Reinhold Messner em 86.

Em maio passado, ao alcançar o topo do Annapurna, Ed fechou um capítulo de sua história na escalada de grandes altitudes, que iniciou-se em 89 quando ele escalou o Kanchenjunga. O topo do Annapurna lhe falhou duas vezes, em 2000 por causa das avalanches e 2002 devido às más condições climáticas. O Anannapurna segundo as estatísticas é a montanha mais perigosa do mundo, tomando a vida de um a cada dois montanhistas que atingem seu

topo. Alguns dos mais experientes himalaístas sucumbiram em suas encostas, como o francês Pierre Beghin e o russo Anatoli Boukreev. Viesturs já esteve 20 vezes em cumes acima dos oito mil metros, recorde batido apenas pelo espanhol Juanito Oiarzabal que já fez 21 cumes.

Testemunhe a força

Chris Sharma mais uma vez surpreende. No início de março ele conseguiu finalmente encadenar *Witness the fitness*, em Ozark Mountains, Arkansas. Sharma declarou que esta foi uma das mais "loucas" linhas que ele já viu. Questionado quanto ao grau, Sharma como sempre não arriscou, mas quem assistiu a ascensão, disse que com certeza está na faixa de V14 ou V15.

No mundo do bouldering, o extremo pode vir de duas formas: grau alto, ou problemas altos (high balls). Assim, novamente o americano Dave Graham acena com o extremo sugerindo o grau V15 para sua mais nova criação, o teto *A story of two worlds*, em Cresciano, Suíça, que acrescenta sete lances negativos ao já estabelecido The Dagger (V14) de Toni Lamprecht. Graham disse para a imprensa que comparando com outros lances deste grau que ele já encadenou, *A story of two worlds* é muito mais difícil, referindo-se a *New base line* e *Dreamtime*, os dois primeiros problemas de 8c do mundo. *Dreamtime* foi decotado recentemente devido ao desgaste em algumas agarras do crux causada por excesso de escovação que aumentaram o seu tamanho. Está sendo cogitado na região a proibição do uso de escovas de cerdas metálicas, que danificam a rocha. Graham chegou a decotar vários problemas na região.

Hallucinogen wall em livre

Os paredonistas Ryan Nelson e Jared Ogden bateram o recorde na *Hallucinogen wall* no Black Canyon of Gunnison, Colorado, EUA, escalando as 16 enfiadas da rota em apenas 8 horas e 59 minutos. O melhor tempo anterior era de Alan Doak e Stefan Griebel que escalaram a rota em 23 horas e 39 minutos.

Esta impressionante e clássica via tem sido todavia motivo de controvérsias no montanhismo do Colorado, pois Ryan e Jared estão reivindicando uma ascensão "quase livre" da rota. Em abril passado a dupla liberou 15 enfiadas e usou a técnica dry tooling para subir a 13ª. enfiada que é um artificial fixo, graduando-a como D10+ usando um misto de gradação de gelo para esta enfiada (?), o que é o mínimo estranho e sem nenhum precedente.

Trango Tower em 12 horas

Uma cordada de três escaladores americanos mandou a rota *Eternal Flame* na Nameless Trango Tower em apenas 12 horas, sem cordas fixas nem equipamento de bivaque. O trio formado por Micah Dash, Nick Martino e Renan Ozturk escalou as 32 enfiadas da rota criada em 89 pelas lendas do montanhismo alemão Kurt Albert e Wolfgang Göllich na sua quarta tentativa. A primeira foi frustrada por intensas dores de cabeça devido a altitude e as duas seguintes devido ao mal tempo. Em julho os bascos Iker e



Trango Tower

Eneko Pou tentaram liberar a rota mas não conseguiram êxito em duas enfiadas. Para Micah, mais importante que fazer o topo, foi ter feito tão rápido.

Uma das maiores

Um time internacional formado por Jonathan Clearwater (Nova Zelândia), Jeremy Frimer (Ca-

nadá) e Sammy Johnson (EUA) escalou uma nova rota que com certeza é das maiores que se tem notícia. *Severance Ridge* fica no Trango II, um pico próximo a Nameless Trango Tower no Paquistão e tem mais de 5.500 pés (mais de 1.800 metros!). Segundo Sammy, a rota tem muitos trechos desprotegidos e para abrir a linha, foram necessários 5 dias, os dois últimos com tempestades e sem comida.

Black Diamond

Rua Dr. Vila Nova, 321
tel. 11 3255-4331
Al. dos Nhambiguas, 946
tel. 11 5052-8082
info@halfdome.com.br

Half Dome

Camelot 1 R\$ 295,00
Camelot 2 R\$ 312,00

Mosquetão Oval R\$ 26,50

Custura Positron R\$ 73,60

Custura Livewire R\$ 68,30

Freio ATC R\$ 84,50

Capacete Half Dome R\$ 191,00

*Preços à vista

www.halfdome.com.br

No Gargalo do Garrafão

VALDECIR MACHADO | PR

Javier e Valdecir na P8

O que faz uma pessoa percorrer quilômetros de distância atrás de seus sonhos?

É difícil saber, mais uma vez ouvi dizer que os sonhos só são impossíveis até serem realizados, então continuo correndo atrás de muitos, porque alguns já alcancei e o último deles foi um dos mais legais.

Era uma quarta-feira, estava trabalhando tranquilamente quando tocou meu telefone, recebi uma notícia que ficou martelando em minha cabeça, era o Ed, meu companheiro de escalada, dizendo que o Ralf, um mineiro sangue bom, havia ligado para ele dizendo que estava em Ecoporanga, ES, mais precisamente no vilarejo de Santa Terezinha olhando para muitas pedras em sua volta e que nós tínhamos que dar um jeito de ir para lá conquistar pelo menos uma via.

Ficamos loucos com a notícia, porque da última vez que o Ralf havia feito isso nós conquistamos uma via alucinante, a *Da Doida*, na Pedra Baiana, portanto não tínhamos escolha, conseguimos alguns dias de folga, arrumamos todo o equipo e partimos.

Saímos de Curitiba na sexta-feira à noite, eu, Ed e o Javier, um argentino que está passando alguns dias por aqui, passamos em BH para pegar o restante do equipo do Ralf e no domingo de manhã estávamos chegando lá, no Vale do São Mateus, rodeado de pedras, e uma delas nos chamou mais a atenção logo que a vimos, a Pedra do Garrafão com seus 500 metros. Encontramos o Ralf e sua namorada Fernanda acampados em frente à pedra, então, resolvemos procurar o dono das terras, o seu Zé Messias, que nos deu permissão para escalarmos. Montamos nosso acampamento no domingo mesmo, numa distância de 30 minutos da base e fomos até lá dar uma olhada.

Na segunda-feira depois de tudo pronto começamos conquistar a via. Como o Ralf e a Fernanda tinham alguns telefonemas para dar e o Ed não estava

bem desde que saímos de Curitiba, sobrou para eu e o Javi começarmos a empreitada.

Guié as 3 primeiras enfiadas, sendo as 2 primeiras meio expostas, pois era um off widt (fenda larga), com pouquíssimos lugares para proteger, principalmente porque não tínhamos nenhuma peça maior que o camalot #4,5, e como fez falta! Na 3ª enfiada a fenda diminuiu bastante fazendo eu usar mais ainda as agarras que vinham me acompanhando desde o começo da via. Nesse mesmo dia o Ralf subiu e começou a 4ª enfiada, ainda pela mesma fenda, chegando em um pequeno teto ele viu que a fenda havia acabado e teve de começar uma seqüência de furos de cliff até um platô de mata.

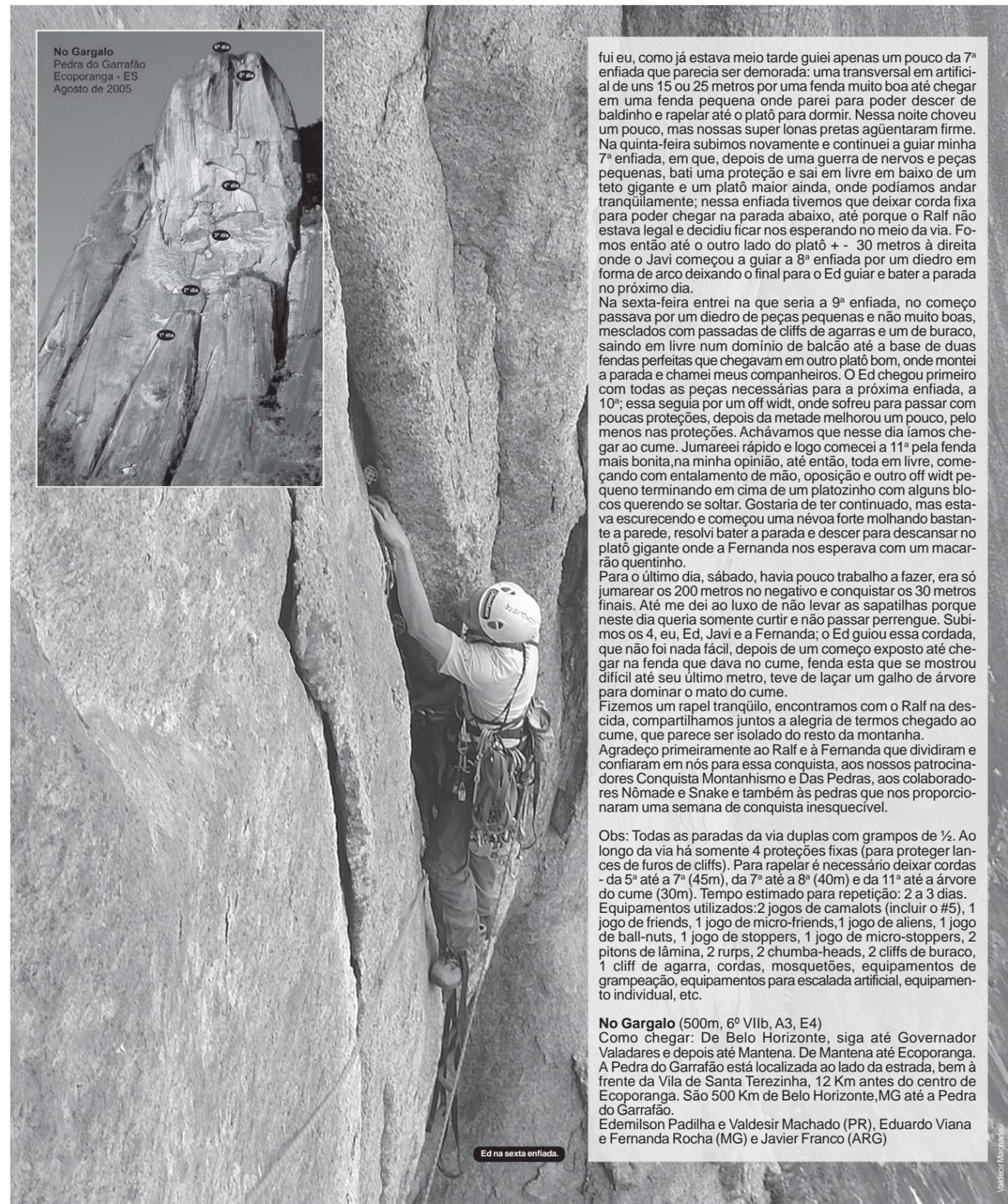
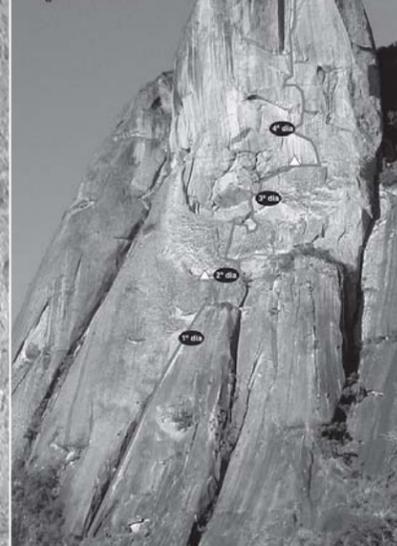
Na terça-feira o Ed terminou a seqüência chata 4ª enfiada e dominou o platô, a partir deste, tínhamos mais de uma opção, então, resolvemos dormir mais uma noite na base e dar a última olhada de baixo para escolhermos a linha correta, e acho que deu certo.

Na quarta-feira subimos com tudo para o platô e enquanto eu e o Javi jumareávamos para continuar a conquista, o Ralf e a Fernanda rebocavam as coisas até o platô. Nesse dia comecei guiando a 5ª enfiada, a partir de uma árvore que havia no platô e fui em direção a um diedro lindo que me levou a um teto grande com outro platô bom para 2 ou 3 pessoas. Fixei a corda e o Ed subiu, enquanto isso o Javi ficou arrumando o platô de mata baixo para passarmos a noite.

O Ed guiou a próxima enfiada que começava desescalando um pouquinho até um diedro lindo com uma fenda boa. Em seu final havia um bloco solto que estava bem no caminho, mas nessa hora não podíamos derrubá-lo, pois estava na linha do platô onde o Javi estava. Após passar por trás desse bloco ele seguiu por outra fenda até a base de outro teto fixou a corda e lá

Edemilson Padilha

No Gargalo
Pedra do Garrafão
Ecoporanga - ES
Agosto de 2005



Ed na sexta enfiada.

fui eu, como já estava meio tarde guiei apenas um pouco da 7ª enfiada que parecia ser demorada: uma transversal em artificial de uns 15 ou 25 metros por uma fenda muito boa até chegar em uma fenda pequena onde parei para poder descer de baldinho e rapelar até o platô para dormir. Nessa noite choveu um pouco, mas nossas super lonas pretas agüentaram firme. Na quinta-feira subimos novamente e continuei a guiar minha 7ª enfiada, em que, depois de uma guerra de nervos e peças pequenas, bati uma proteção e sai em livre em baixo de um teto gigante e um platô maior ainda, onde podíamos andar tranquilamente; nessa enfiada tivemos que deixar corda fixa para poder chegar na parada abaixo, até porque o Ralf não estava legal e decidi ficar nos esperando no meio da via. Fomos então até o outro lado do platô + - 30 metros à direita onde o Javi começou a guiar a 8ª enfiada por um diedro em forma de arco deixando o final para o Ed guiar e bater a parada no próximo dia.

Na sexta-feira entrei na que seria a 9ª enfiada, no começo passava por um diedro de peças pequenas e não muito boas, mesclados com passadas de cliffs de agarras e um de buraco, saindo em livre num domínio de balcão até a base de duas fendas perfeitas que chegavam em outro platô bom, onde montei a parada e chamei meus companheiros. O Ed chegou primeiro com todas as peças necessárias para a próxima enfiada, a 10ª; essa seguia por um off widt, onde sofreu para passar com poucas proteções, depois da metade melhorou um pouco, pelo menos nas proteções. Achávamos que nesse dia íamos chegar ao cume. Jumareei rápido e logo comecei a 11ª pela fenda mais bonita, na minha opinião, até então, toda em livre, começando com entalamento de mão, oposição e outro off widt pequeno terminando em cima de um platôzinho com alguns blocos querendo se soltar. Gostaria de ter continuado, mas estava escurecendo e começou uma névoa forte molhando bastante a parede, resolvi bater a parada e descer para descansar no platô gigante onde a Fernanda nos esperava com um macarrão quentinho.

Para o último dia, sábado, havia pouco trabalho a fazer, era só jumarear os 200 metros no negativo e conquistar os 30 metros finais. Até me dei ao luxo de não levar as sapatilhas porque neste dia queria somente curtir e não passar perrengue. Subimos os 4, eu, Ed, Javi e a Fernanda; o Ed guiou essa cordada, que não foi nada fácil, depois de um começo exposto até chegar na fenda que dava no cume, fenda esta que se mostrou difícil até seu último metro, teve de laçar um galho de árvore para dominar o mata do cume.

Fizemos um rapel tranquilo, encontramos com o Ralf na descida, compartilhamos juntos a alegria de termos chegado ao cume, que parece ser isolado do resto da montanha. Agradeço primeiramente ao Ralf e à Fernanda que dividiram e confiaram em nós para essa conquista, aos nossos patrocinadores Conquista Montanhismo e Das Pedras, aos colaboradores Nômade e Snake e também às pedras que nos proporcionaram uma semana de conquista inesquecível.

Obs: Todas as paradas da via duplas com grampos de 1/2. Ao longo da via há somente 4 proteções fixas (para proteger lances de furos de cliffs). Para rapelar é necessário deixar cordas - da 5ª até a 7ª (45m), da 7ª até a 8ª (40m) e da 11ª até a árvore do cume (30m). Tempo estimado para repetição: 2 a 3 dias. Equipamentos utilizados: 2 jogos de camalots (incluir o #5), 1 jogo de friends, 1 jogo de micro-friends, 1 jogo de aliens, 1 jogo de ball-nuts, 1 jogo de stoppers, 1 jogo de micro-stoppers, 2 pitons de lâmina, 2 rurps, 2 chumba-heads, 2 cliffs de buraco, 1 cliff de agarra, cordas, mosquetões, equipamentos de grampeação, equipamentos para escalada artificial, equipamento individual, etc.

No Gargalo (500m, 6º VIIIb, A3, E4)
Como chegar: De Belo Horizonte, siga até Governador Valadares e depois até Mantena. De Mantena até Ecoporanga. A Pedra do Garrafão está localizada ao lado da estrada, bem à frente da Vila de Santa Terezinha, 12 Km antes do centro de Ecoporanga. São 500 Km de Belo Horizonte, MG até a Pedra do Garrafão.
Edemilson Padilha e Valdecir Machado (PR), Eduardo Viana e Fernanda Rocha (MG) e Javier Franco (ARG)

Grau de Exposição

Aproveitando que o experiente escalador André Ilha despertou, na última edição, o assunto adormecido, é importante que outros atletas das pedras, formadores de opinião, participem e estimulem a discussão, essencial para a evolução do nosso esporte.

RALF CÔRTEZ E ANA ALVARENGA | RJ

Muito mais do que isso...

Muito bem explanado pelo referido escalador, o sistema brasileiro de classificação de vias, graduando-as em relação à dificuldade e exposição separadamente, é claro e prático, fruto de diversos seminários fomentados pela FEMERJ e, por isso, foi aprovado e entendido para o resto do país. Como qualquer esporte, no entanto, a escalada em rocha também sofre mudanças em seus conceitos, haja visto o próprio sistema atual, que é uma modificação daquele desenvolvido em 1975. É natural que, dentro de 25 anos, e até menos, a regulamentação de uma prática esportiva tão diversificada sofra alterações, necessárias a sua adequação à realidade da época em questão. Um exemplo disto é a inclusão sugerida pelos também experientes escaladores Sérgio Tartari e Alexandre Portela, do grau de exposição no sistema brasileiro (E1 até E5), contribuindo para a melhor identificação das vias e maior segurança dos praticantes.

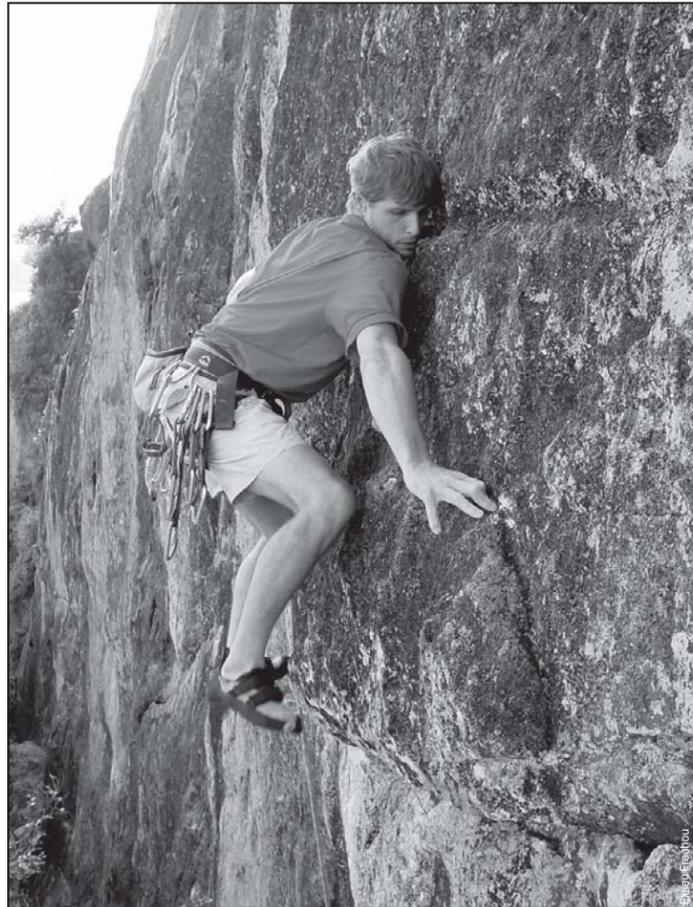
Considerando a crescente diversificação de estilos e interesses dentro da escalada brasileira, é inevitável que apareçam novas concepções, e muito justo que sejam ouvidas as mais variadas opiniões dentro da comunidade esportiva. Os aficionados pela escalada esportiva tradicional, por exemplo, ainda são poucos, mas são atuantes, a ponto de terem criado um termo original e adaptado da designação externa. A paixão desses brasileiros por esta prática não é recente, e sim oriunda de anos de pesquisa a respeito dela ao redor do mundo. Raros foram os que literalmente experimentaram as lendárias falésias de gritstone, na Inglaterra, berço desta filosofia. Ainda assim, vários escaladores tupiniquins se interessam por este estilo e percebem o grande contraste que ele impõe em relação à escalada esportiva em si. Obviamente, nem todas as rochas permitem esta prática, que exige a presença de fendas, ou qualquer buraco, para colocação de equipamento móvel. Nada impede, porém, o conquistador de decidir qual estilo seguir na primeira ascensão de uma via, o que deve ser respeitado nas repetições, configurando na representação básica da ética no esporte.

Decifrando

O grupo que curte este tipo de escalada, sabe que ele se diferencia dos outros por ser muito extremo, tanto em relação ao grau técnico quanto ao nível de exposição, havendo até uma difusão entre os dois parâmetros. Como o André Ilha muito bem colocou, até mesmo os ingleses se confundem com seu próprio sistema de classificação, tão complexo ele se tornou. A proposta, aqui, não é de copiar o sistema dos gringos, mas sim de tentar registrar um desejo iminente de alguns de nossos atletas, racionalizando algo ainda romântico. Isso poderia ser possível através da mixagem da exposição com a técnica, já que, nesta filosofia, um é dependente do outro. Vendo por este ângulo, podemos até dizer que simplificariamos o processo, designando uma classificação específica para o estilo esportiva tradicional, com o uso de uma só letra para os dois parâmetros.

Esse subsistema seria embutido no sistema brasileiro, sem atrapalhar a gradação já estabelecida para vias grampeadas, e oficializando assim, o uso corrente dos níveis E6, E7, etc. Isso significa que, a partir do grau E6, saberíamos que se trata de via curta (falésia) e difícil, eventualmente com risco de queda no chão, e com proteções móveis. Como a identificação é muito subjetiva, exigiria muito debate e prática para graduar, coisa que também fomos obrigados a fazer para aprender a usar o sistema brasileiro existente. Qual escalador não precisa de um outro para confirmar o grau de uma via? A melhor maneira de se entender este código é através de exemplos. Por isso, aí vai uma amostra clássica e rara no Brasil. A via *O Rio de Janeiro continua lindo*, na falésia da São Sebastião (face norte entre o morro da Urca e o Pão de Açúcar), é uma via graduada em E6 – começa com um 5°sup positivo até a 1ª proteção (a 10m do chão), partindo gradativamente, num negativo, para um cruz de 7c no domínio, que fica a aproximadamente 5m da última proteção.

Muito mais do que um modismo, a prática da escalada esportiva tradicional no Brasil é inegável e merece respeito e estabelecimento de novas regras, até para evitar acidentes por falta de infor-



Marius Bagnati escalando *Chicholina*, 8a no Morro da Cruz em Florianópolis, onde assim como na maioria dos points do Brasil, as vias não recebem a gradação de exposição.

mação. Assim como a escalada em boulders, em solo, artificial, em paredes, todos os estilos devem ser considerados e são passíveis de novas propostas para graduação. A oficialização, obviamente, depende de muita discussão e de decisão final por parte das federações. Concluindo, reitera-se a importância da padronização do sistema de classificação de vias de escalada no Brasil, e ressalta-se o prejuízo de se desprezar a existência de variados estilos, que pedem designações diferentes. Exaltamos, aqui, não a desorganização de um sistema, mas a riqueza de uma prática esportiva que hoje abriga uma diversificação típica de nosso país. Esclarecen-

do que a escalada é um esporte global, assim como nosso sistema é baseado no sistema alpino, é inevitável absorver alguns aspectos estrangeiros e adaptá-los a nossa realidade. Manifestamos, então, a visão de uma parcela da população escaladora nacional, e esperamos outras. “O conflito é o pai da criatividade”, disse um sábio. O grande desafio deste estilo de escalada é o auto-controle, sendo a graduação um condimento para a aventura. Sua filosofia primordial é a preservação da integridade daquilo que a natureza nos oferece – escalada limpa mesmo em falésias, onde a tendência é metralhar de grampos!

Building

Uma forma de treinar mesmo em cidades.

Quem já não sentiu vontade de subir em um edifício pela fachada?

ANDREY ROMANIUK | PR

A escalada urbana, ou Building, é um estilo de escalada pouco conhecido até mesmo dentro da comunidade de escaladores. Trata-se da aplicação da habilidade de escalada em qualquer estrutura construída pelo homem, que tenha seu design para outros propósitos diferentes da escalada. Ao contrário do que muitos pensam, esta não se trata de uma modalidade nova. Durante os anos dourados do nascimento dos arranha-céus (entre 1920 e 1930), Harry F. Young escalou nos Estados Unidos a face do “Hotel de la Martinique” na Broadway, sendo obrigado a pagar uma multa de 100 dólares após o feito, e tornando-se um dos primeiros escaladores que se tem conhecimento de ter escalado alguma estrutura urbana.

Com o passar dos anos, vários escaladores ao redor do mundo passaram a usar as estruturas urbanas para treinamento, e assim passaram a enxergar a paisagem urbana de um modo totalmente diferente, abrindo novos lances em qualquer estrutura que fosse possível ser escalada, sejam muros, estátuas, monumentos, pontes, etc. Em 1994 o francês Alain Robert, também conhecido como Homem-Aranha tornou-se famoso por mostrar ao mundo o potencial da escalada urbana através de suas escaladas em solo num dos maiores arranha-céus existentes. No Brasil, esta é uma modalidade ainda pouco conhecida e praticada, porém em algumas cidades como em Curitiba-PR existem points muito antigos desta prática, sendo eles o muro do HC (Hospital de Clínicas) e a praça do Homem Nu, já frequentados por escaladores por pelo menos 15 anos. Na Europa a escalada urbana vem crescendo a cada dia principalmente na França e também na Itália, onde neste ano até um campeonato já rolou, o Street Boulder Contest.

As regras

Como esta é uma modalidade de esporte pouco conhecida principalmente pelo público em geral, as reações das pessoas que passam pela rua e vêem os escaladores podem ser das mais adversas, variando desde a curiosidade até o medo (pensando que se tratam de ladrões). Devido a isso, foi criada na Europa uma espécie de regras universais da escalada urbana, que na verdade são 10 mandamentos para que a escalada seja mais prazerosa e se evitem problemas com pedestres, polícia, etc.

Respeitar as estruturas se forem frágeis. É necessário evitar estátuas muito brancas, onde um rastro preto de sapatilha pode não ser bem vindo.

Seja gentil com as pessoas, explique calmamente que nós não somos ladrões nem vândalos.

Não esqueça de se comunicar com os pedestres interessados em escalada urbana.

Proteja-se com o equipamento apropriado, como crash-pads, proteção do companheiro em boulders e corda para as vias mais longas. Se você decidir escalar uma construção em solo (sem corda), tenha certeza que a estrutura é confiável e que você é capaz de realizar todos os movimentos com a continuidade necessária para encadenar a via.

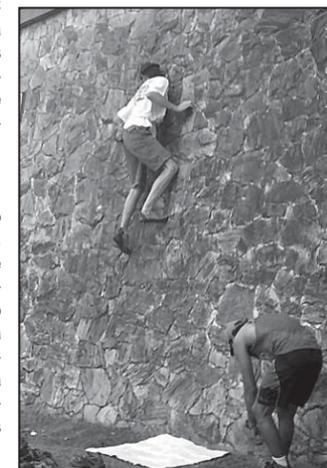
Respeite os monumentos religiosos, militares ou todos que puderem chocar o público.

Com a Polícia, seja gentil, explique sua atividade, diga a eles que você não põe em perigo a vida das pessoas, que você não é um ladrão e que não viola as propriedades privadas. Para concluir, você não faz nada contra a lei.

Não veja a escalada urbana como uma escalada leve! Existem movimentos característicos na escalada urbana, não é tão fácil!

Prefira escalar ao fim da tarde, à noite, e nos dias da semana em que o local tenha menos movimento, evitando a multidão.

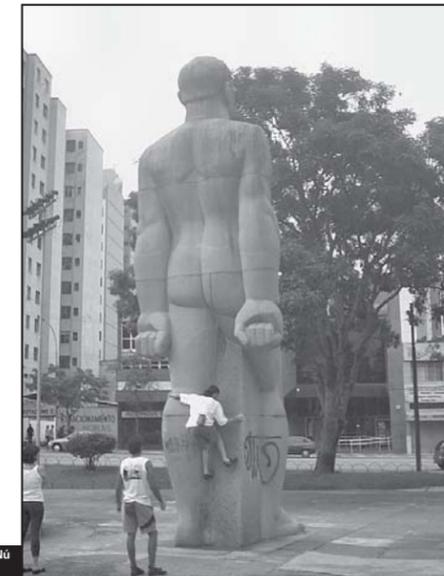
Tenha prazer!



Andrey Romaniuk



Muro do Hospital das Clínicas, Curitiba, PR



Praça do Homem Nu em Curitiba, PR

Considerações

É importante lembrar que não se deve escalar irresponsavelmente em alturas perigosas sem cordas ou crash pads, muito menos sem permissão em propriedades privadas. Raramente se verá um escalador urbano escalando prédios com cordas ou até em solo, com exceção dos mais extremos. Atualmente, a escalada urbana se desenvolve mais em alturas mais baixas, buscando movimentos e lances de maior dificuldade como no boulder (daí o trocadilho building). Assim, a escalada urbana torna-se um ótimo método de treinamento, pois além de estar ao ar livre, não é preciso pagar pela escalada como em uma academia. A filosofia por trás da escalada urbana é de explorar todas as possibilidades de escalada ao redor de nós. A cidade guarda incontáveis desafios de escalada em todos os graus de dificuldade somente esperando para serem visitados e decorados com marcas brancas de magnésio.

DO BIG WALL...
ALTO ESTILO
...AO BOULDER!!!
WWW.ALTOESTILO.COM
FONE:(41)99639214

Comunicação via rádio nas montanhas e escaladas

Comunicação não é só importante em situações de emergência, mas principalmente para elas não acontecerem. Conheça os modelos, tipos de aparelhos e seus usos mais freqüentes.

LUIZ SANTANA | SP

Pelas experiências que já tive, em alta montanha, escalada em rocha, caminhadas em parques nacionais, off-road, vôo livre, guiando grupos em passeios ecológicos e turísticos, e até mesmo pelas grandes metrópoles, a rádio comunicação está sempre presente. Com o avanço da telecomunicação e o custo dos aparelhos celulares, que cada vez mais estão mais compactos, facilitando o seu transporte e menores no custo.

O uso de rádio comunicador ficou apenas para uso em lugares mais remotos, onde não se dispõe de serviços de telefonia móvel (celular) ou até mesmo como hobby, para outros.

Existem rádios para gostos, gastos e usos. Desde um rádio HT- Hand to Talk, o mais popular da marca Motorola, modelo talk about, que trabalha em ondas UHF, com o alcance de no máximo 3,5 km (sem obstáculos), que transmite 0,5 Watts de potência ou até mesmo outros aparelhos similares, que sejam de fácil manuseio e operação e que tenham o custo mais baixo comparado com outros equipamentos, custo que pode variar de 80 reais a 120 reais cada aparelho.

O custo varia conforme tamanho, facilidade de encontrar e quantidade de acessórios que ele pode oferecer, como: vox (fone de ouvido e microfone que aciona com a voz automaticamente), bateria ou pilhas e outros. O talk about seria o rádio mais indicado para uma escalada em rocha, na qual a comunicação, só ficaria entre os escaladores. É lógico que existe um padrão de comunicação entre os escaladores sem estar usando HT's, mas e numa situação de muito vento, onde não se tem um contato visual? Ai essas pequenas maravilhas eletrônicas fazem muita falta e fazem a diferença.

E quando se trata de segurança, isso não tem preço! O talk about e outros rádios mais simples, apresentam em seu display o canal que representa uma determinada frequência, como se o número do display fosse uma memória.

Para o uso do talk about não é necessária licença prévia da Anatel - Agência Nacional de Telecomunicações.

Talk About

Canais e freqüências: 01-462.5625 Mhz,

02-462.5875 Mhz, 03-462.6125 Mhz, 04-462.6375 Mhz 05-462.6625 Mhz, 06-462.6875 Mhz, 07-462.7125 Mhz, 08-467.5625 Mhz, 09-467.5875 Mhz, 10-467.6125 Mhz, 11-467.6375 Mhz, 12-467.6625 Mhz, 13-467.6875 Mhz, 14-467.7125 Mhz

Para quem vai comprar rádio: para saber se determinado rádio é bom ou ruim, se faz isso ou aquilo outro, você tem que saber a utilidade que este rádio terá para você. E se for viajar para outro país é bom obter informações do consulado do país a ser visitado sobre as restrições de uso de um equipamento de radioamador. Para operar um rádio em qualquer freqüência, você precisa ter uma licença ou indicativo, que é emitido pela ANATEL.

Rádio VHF (2m)

O uso de rádios VHF (faixa dos 2 metros) é muito comum nos principais parques nacionais de todo o mundo, onde cada parque mantém sempre uma frequência fixa. Quando você adentra um parque ou até mesmo vai escalar uma montanha, geralmente o guarda-parque pergunta se você tem rádio, além do guarda-parque informar a frequência de emergências 24 horas, e também por esta mesma frequência, passar informações meteorológicas em determinados horários do dia, o mais indicado é você se informar qual a frequência mais utilizada na região, ou até mesmo se existe um refúgio de montanha com uma pessoa responsável mantendo ligado o rádio 24 horas, onde permite que você possa fazer contatos com outros montanhistas, cidades mais próximas, outros refúgios e guarda-parque.

Na Argentina e no Chile a radiocomunicação VHF é muito popular. Em alta montanha ou lugares de muito frio, é mais indicado se usar um equipamento de VHF, e levar mais de uma bateria para o HT, de preferência de longa duração e determinar horários para contato entre grupos ou com o acampamento base. Se você não dispôr de um carregador movido a energia solar (painéis solares) o mais indicado e usado é manter o equipamento todo e principalmente as baterias sempre juntas ao corpo, para não perder carga.

É necessário que fique ligado um rádio

24 horas no acampamento base para eventuais emergências que possam ocorrer nos acampamentos avançados ou com os montanhistas na escalada. O tipo de rádio mais indicado num acampamento base é aquele que tenha maior potência de transmissão, um rádio base, que possa transmitir de 50 a 75 watts de potência, fonte de alimentação e uma antena para melhor aproveitamento da transmissão.

Um bom rádio tem vários tipos de regulação de transmissão, no mínimo "low" e "high". Quando se utiliza um rádio em alta potência, ele estará consumindo mais bateria do que em baixa potência. Neste caso o mais indicado para alimentá-lo seria uma bateria de moto ou até mesmo de carro, ou ainda dependendo do porte e dificuldade da expedição, um pequeno gerador que poderia permitir a utilização de uma fonte de alimentação ou recarga das baterias, ligada numa rede de 110 volts, utilizado também para outros fins.

Alcance

As repetidoras, que são estações colocadas em pontos mais altos de cada região, geralmente morros e prédios, funcionam como retransmissores de sinais, isto é, você transmite numa determinada frequência e ela retransmite em outra frequência com maior cobertura da área, com mais potência. Esta função é conhecida como off-set, chegando em outras cidades a mais de 140 km de distância, usando um HT ou um rádio base. As repetidoras são de uso restrito, somente para quem tem a licença.

Sem o uso das repetidoras, na função simplex, dependendo do relevo e obstáculos a serem ultrapassados pelas ondas do rádio, a transmissão pode ter um alcance de rádio para rádio de 4 Km (com obstáculo) a 140 Km (alto e aberto sem obstáculo).

Por exemplo: de Extrema-MG, Sul de Minas no Pico do Lopo, que fica a 1.700 m de altitude, consegui falar com a zona leste, na capital de SP. Em Itatiaia-RJ, no cume das Agulhas Negras, falei com Jacareí-SP, usando um HT.

Exemplos das frequências utilizadas no VHF:

Equador, refúgio F. Ribas : 144.225 Mhz

Argentina, Parque Nacional Lanín, : 155.675 Mhz

Argentina, Parque Aconcágua: 142.800 Mhz.

Rádios Multi-bandas (40, 60, 80 e 120 mts) Em casos de refúgios e guarda-parques mais distantes das cidades, são utilizados equipamentos mais sofisticados e mais potentes que se chamam rádios multi-bandas, que transmitem e recebem ondas USB, ou LSB.

O uso desses rádios necessitam de um conhecimento mais aprofundado e pessoas mais qualificadas em operá-los. É um equipamento muito usado nas grandes expedições para manter contatos com outras cidades mais longes pelo mundo. Para um melhor aproveitamento deste tipo de rádio dependemos de uma aliada atmosférica chamada ionosfera, um dos limites da camada da atmosfera terrestre. A ionosfera é a camada que há mais abundância de íons e elétrons, refletindo para a Terra os sinais de rádio. Essas ondas transmitidas pelo rádio interagem com a ionosfera, sendo refletidas de volta à Terra atingindo pontos longínquos.

Já presenciei o uso deste equipamento no Aconcágua, onde eles faziam ou fazem uma espécie de link com um telefone para a cidade mais próxima, onde o montanhista pode falar para qualquer telefone fixo ou móvel do mundo, pagando uma taxa de 5 dólares por minuto.

Telefonia via satélite

Atualmente, a maioria das expedições utilizam celulares via satélite, principalmente as expedições comerciais e milionárias na Cordilheira do Himalaia. A telefonia de celular via satélite atende muito bem as necessidades de comunicação para qualquer lugar com telefonia móvel ou fixo do mundo.

Os sistemas mais populares, em uso no Brasil são: Nera World Fone e Global Star. O sistema Global Star é menor e mais portátil que o Nera, mas é usado somente para transmissão de voz.

O Nera além de ser um equipamento maior e mais pesado, na forma de uma male-



Talk About

ta, onde a própria tampa faz o papel de antena contendo um telefone embutido e com transmissão de voz, também possibilita o envio de dados e imagens.

Faixa Cidadão

A Faixa Rádio Cidadão é a mais simples e popular, mais conhecido como PX. Para adquirir a licença da faixa do cidadão (11 metros) é muito simples, basta ir ao órgão responsável mais próximo da sua cidade ou entrar em contato com a ANATEL. Não necessita fazer teste para aprovação para operar este tipo de rádio.

O PX pode ser utilizado em acampamento base, permitindo contatos intercontinentais.

Há relatos de montanhistas e excursionistas pela Patagônia e Terra do Fogo, que com um equipamento de PX mantiveram contatos diários com o Brasil. Onde basta combinar um horário e o dia para contato e contar que a propagação ajude. O PX por ser um equipamento acessível tanto na operação e preço e o mais utilizado em locais como zonas rurais ou metrópole e também muito utilizado pelos caminhoneiros.

Frequências e canais VHF (2 m)

119.000 - 137.000 aviação
137.050 - 143.950 comercial
144.000 - 148.000 rádio amador
148.010 - 155.950 comercial e rádio táxi
156.050 - 157.425 marítimo
00 - 175.000 comercial e polícia

Frequências e canais UHF (70 cm)

405.000-429.990 comercial e polícia
440.000 rádio amador

Frequências e canais PX (11m)

27.605 Mhz - Canal 01 a 60

Glossário

AM - Modulação de Amplitude
Amplificador - Aparelho eletrônico cuja função é aumentar o nível de um sinal.

ANL - Abreviatura de "Automatic Noise Limiter", limitador automático de ruído, filtro de interferência.

Antena - Elemento irradiante de um sistema de radiocomunicação, consistindo de uma estrutura metálica.

Baixa frequência - Gíria usada no rádio, com o significado de telefone.

Cambio - Esta palavra termina uma mensagem, transferindo a oportunidade para o outro rádio operador.



Yasuu Vx7r resistente à água.

Corujar - Ficar na escuta sem falar.

DX - Sigla usada para designar comunicados a longa distância.

Estática - Ruído que é escutado em um receptor, devido a perturbações atmosféricas.

Estação base- Tipo de estação também conhecida como estação fixa.

Fonte de alimentação - Equipamento que fornece energia necessária.

HT - Hand To Talk . Aparelho portátil, reunido num só conjunto: aparelho, antena e bateria

Interferência - Distúrbio causado na recepção de um determinado sinal, por sinais indesejáveis.

KHZ - Abreviação de quilohertz, a unidade de frequência equivalente a 1.000 ciclos/segundo.

LED - Light Emmiting Diode, exemplo típico LED, que indica uma transmissão ou recepção.

LSB - Lower Side Band, faixa lateral inferior, tipo de onda.

MHZ - Múltiplo da unidade de frequência, o hertz. Corresponde a 1.000.000 de hertz.

Ondas ionosféricas - Ondas de rádio que são refletidas pela ionosfera.

Onda terrestre - Onda de rádio que se desloca junto à superfície da Terra.

PTT - Press to talk, microfone.

Squelch – Silenciador, controle usado para silenciar o receptor quando não há sinal presente.

SSB - Single Side Band, faixa lateral single, tipo de onda .

UHF - Faixa de radiofrequência que se estende de 300 a 3.000 Mhz.

USB - Upper Side Band, banda lateral superior, tipo de onda.

VHF - Very High Frequency, situada entre 30e 300 Mhz.

VOLT - Unidade de medida da tensão elétrica. Exemplo : 13,8 VOLTS.

WATT - Unidade de potência elétrica.

Código "Q"

QRA - Nome

QRG – Frequência ou canal

QRM - Interferência

QRT – Final de transmissão

QRV – Estou atento, à disposição

QRX – Aguarde um momento

QRU - Emergência

QSJ - Dinheiro

QSL - Confirmado

QSO - Conversar

QSP – Retransmissão de uma mensagem, fazer ponte entre duas estações

QSY – Mudar de frequência ou canal

QTC - Comunicado

QTH - Localidade

QTR - Horas

TKS - Obrigado

Código fonético

O código fonético é simples e de muito uso na radiocomunicação. A finalidade deste



Rádio base Kenwood TM 261a .

código fonético é facilitar a identificação das letras num padrão mundial, em difíceis contatos e também para poupar nossos ouvidos de escutar coisas que telefonistas e telemarketing não falam:

A-Alfa B-Beta C-Charlie D-Delta E-Echo F-Foxtro G-Golf H-Hotel I-India J-Julie K-Kilo L-Lima M-Mike N-November O-Oscar P-Papa Q-Quebec R-Romeu S-Sierra T-Tango U-Uniform V-Victor W-Whiskey X-Xingu Y-Yankee Z-Zulu

Emergências

shift-, subton 74.4 Emergência COPOM

(Polícia) FM

146,520 freqüência internacional de socorro do serviço de radioamador FM

138,780 serviço de busca e salvamento da FAB AM

27.065 ou canal 9 Emergência COPOM

(Polícia)AM

Conhecimento é o que te coloca no topo das montanhas, e o traz de volta em Segurança

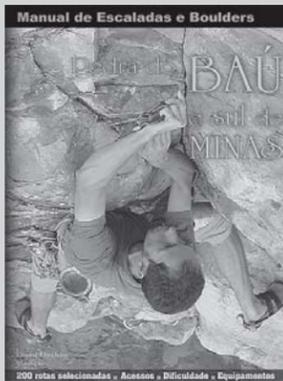
MONTANHISMUS
Escola de Escalada em Rocha

+ Cursos Básicos + Cursos Avançados + Reciclagem +
+ Acompanhamento + Escaladas Guiadas + Abrigo de Montanha +
São Bento do Sapucaí - SP - Telefax: (12) 3971.1470
www.montanhismus.com.br

usamos e recomendamos: SNAKE BOSCH SOLO BEAL

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.

Editores: Eliseu Frechou, Elizabeth B. Frechou, Vítor B. Frechou e Artur B. Frechou.
Contatos pela Cx.Postal 28, São Bento do Sapucaí, SP, cep 12490-000. E-mail: mv@mountainvoices.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.

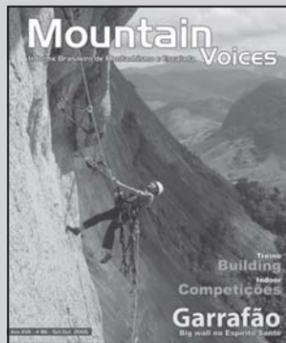


Lançamento!

Manual de Escaladas da Pedra do Baú e Sul de Minas

A quinta edição do Manual de Escaladas da Pedra do Baú e Região foi totalmente reformulada, com novos gráficos, 96 páginas e mais de 200 rotas de escalada. Vias selecionadas e os melhores points de boulder da região da Pedra do Baú e Sul de Minas. Impresso em papel couchê para maior durabilidade no manuseio, tem o formato de bolso (10,5x14cm), para você tê-lo sempre à mão e não se perder pelas pedras.

Foto da capa: Valdecir Machado escalando no Garrafão, ES. Foto: Edemilson Padilha.



Assine Mountain Voices

e ajude na divulgação consciente de seu esporte
1 ano (6 edições) - R\$ 25,00 - 2 anos (12 edições) - R\$ 40,00

Para fazer sua assinatura, renovação ou compra, envie este formulário junto com cheque no valor da compra, cruzado e nominal à Eliseu Frechou, Cx. Postal 28 - CEP 12490-000 - São Bento do Sapucaí - SP. Preços válidos até 30/12/2005.

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
 () Manual de Escaladas da Pedra do Baú, SP - R\$ 20,00

86

Total,00

Índice dos Números Anteriores

1. Será que o alpinismo já atingiu o seu cume? O guia de montanha e a experiência europeia. Cuidado com a hipotermia. O que é mesmo espeleologia?
2. Conjunto Pedra do Baú, Expedição Brasil-Everest 91, Pitons, Alimentação natural, Meditação na escalada, Cordas e camelos, Apuane.
3. Urca, Quedas e ejeção precoce. Solo e sonho. Montanhismo apolítico. Caparaó, El Sul-americano de escalada, Asas de nylon.
4. Anhangava, Montanhismo e neurolinguística. Escaladores x meio-ambiente. Lesões nos dedos. Cerro Tolosa, Publicações da SBE, Carapa.
5. Prateleiras, Porque o montanhismo ainda não se organizou?, Expresso Paraná, E o vento levou, Ética, Travessia Garrafão-Papagaio.
6. Conjunto Marumbi, Quanto vale o Pão de Açúcar?, Excursionismo consciente. Bêta-cross, Troglóbionts?!, Half Dome clean, Ecologia e política. Cho-Oyo, Canastra.
7. Serra do Lenheiro, Atalhos, Táticas esportivas. Crianças na trilha. Penaçu. Dicas para dias frios. Canoagem, Sua própria aventura.
8. Pico do Jaraguá, O caminho não percorrido, Ecoturismo, Caminhos da mantiqueira, Agudo do Cotia, Pão de Açúcar face norte, Mergulho na Santana, Kilimanjaro.
9. Brasília, Guia Ecológico, Ancoragens, Gruta do Janelão, Congelamento, Caatinga.
10. Rio Grande do Sul, Segurança americana, Vale do Peruaçu, Branco total, Petrópolis-Teresópolis.
11. Chapada Diamantina, Manual do Montanhista, El Capitán, A escalada do Lanin, Topografia em cavernas I, Minas Gerais.
12. Dedo de Deus, Associação Carioca de Escaladores, Topografia II, Duas antenas e uma parede, Europa, Conquista do Annapurma, Itaimbezinho, Raio na Montanha.
13. Serra da Capivara, Acima da neve, Face norte da Pedra do Baú, Toca da Boa Vista, Serra Fina.
14. Pico das Agulhas Negras, Carrapato, Alpes, Grampiar ou não grampiar, Monte Roraima.
15. Morro de Pedreira, Ibitirai em solo, Pelo mundo a fora, Fotografia, Canoagem, Espectro de Brocken.
16. Bragança Paulista, Cachoeira da Fumaça, Canoagem, Orientação.
17. Florianópolis, Itararé, Paraglider, Aventura nas veias, Nepal, Curso UIAA.
18. Pico Paraná, Curso UIAA, I Congresso Brasileiro de Montanhismo, Nepal.
19. Pão de Açúcar, Alain Renaud, Trango Tower, Treinamento esportivo I, Serra do Cipó.
20. Visual das Águas, Nas encostas não são solitárias do Everest, Treinamento esportivo II, GPS, Proibir ou pagar?
21. Lapinha, Bemil Arnold e Kurt Albert no Brasil, Retrospectiva 93, Mairns-Itaguaraé, Dinossauros no Anhangava, Bolívia.

22. Buraco do Padre, Canyoning no Cipó, Bito solitário no Baú, Para que morrer?, Aventuras no Garrafão, Crazy Muzungus, Pedra Branca de Pochinos.
23. Sertão de Pernambuco, Os Descaminhos da escalada no Brasil, Cipó x 5.13, Salathé free, Pedra Selada de Mauá.
24. Ana Chata, K2, Quedas de guia, Ibitirai, Serra da Bocaina.
25. Bahia, Bolívia, Half Dome, Gullich, Morro da Meia-Lua.
26. Pedraiva, El Capitán, Los Gigantes, Criar e reciclar, Itajubá.
27. Pedra do Segredo, Guarujá, Serra da Guarita, Canyoning, Bolts from the blue, A maior rota de Minas.
28. Itacoatiara, Patagônia, Cerro Torre, Meteorologia, Medo de cair, Morro do Tira-Chapéu.
29. Pico do Papagaio, Everest pirata, Mal de altitude, Acidentes em campeonatos, Serra do Caraça.
30. Espírito Santo, Gradação artificial, Normas para equipamentos, Santa Rita do Jacutinga, Trilha Inca.
31. Guaralúva, Na linha de fogo, Pequenas notáveis I, Illimani, 6000 metros na Bolívia, Itambé.
32. Arentio gaúcho, Montanhismo e Internet, Estilo alpino no Himalaia, Pequenas notáveis II.
33. Nova rota no Marumbi, Solução Suicida, Huayna Potosi, Morro da Formiga, Trekking na Canastra, Monte Verde.
34. Morro do Cuzcuzzeiro, Torres del Paine, Face sul do Corcovado, As maiores montanhas do Brasil, Perú.
35. Salinas, Escalando nas cavernas, Solitárias na Pedra do Baú, Sites de montanhismo na WEB, Tour na Europa, Serra da Cangalha.
36. Santa Catarina, Reformas no Anhangava, Monte Vinson, Campeonato Panamericano, Guarujá, Carta aos Montanhistas.
37. As agulhas do Espírito Santo, Conquista dos Cinco Pontões, Fator de Queda, Aventuras no Equador, Agarras e Ética, Rapel - um grande evocoo.
38. Jardim botânico do Rio, Projeto Sete Cumes, Serra Fina, Bragança Paulista, Jordânia, Corpo de Socorro em Montanha.
39. Pedreira do Dib, Eiger, Ilha Bela, Pedra do Moitão, Guararúva, Campo-escola 2000.
40. Pedra da Divisa, Monte Elbrus, Fator humano, Escaladas em rocha no Chile, Trekking do Everest, Convíte à Aventura.
41. São Luis do Purunã, Bolívia, Sintonzando a cordada, Nosso futuro comum, Federações?
42. Vista Aérea, Travessia Marins/Itaguaraé, Dedo de Deus, Face Sul do Aconcágua.
43. Pedra do Índio, Trekking no Kilimanjaro, Apagando uma luz falsa, Realidade Vertical, Espanha, Acidente no Aconcágua.
44. Big Wall na Serra dos Orgãos, Torres del Paine, Rocha e gelo nos Andes, Pico do Baiano -nova rota de 1000m, Trekking ao Focinho D'Anta.
45. Calcário em Minas Gerais, Projetos de escalada, Perigos do Gelo, Terra de Gigantes, Patagônia, Pedraiva, Pedra do André, Corcovado de Ubatuba.

46. Torres de Bonsucesso, Elbsandstein, Illimani, repetição da Ecoxias, novos clubes de montanhismo.
47. Falésias do Quilombo, El Capitán, Pico do Cuzcuzzeiro, Terra Brasileira (Pedra do Sino), Resgate no Ouro Grosso, Como são as competições esportivas.
48. Conquista no Corcovado, Cerro Plata, Dedo de Deus, Treinamento Esportivo, Montanha e mau tempo, As Pedras esquecidas do Rio de Janeiro, Castleton Tower, Morro do Carmo.
49. Camboriú, Conquistas Brasileiras em Cochamo, Garrafão, Aconcágua, Pico do Trabiú.
50. Morro do Camelo, Tipos de Mosquetão, Imprudência Rapadeira, Pico do Baiano, Patagônia, Superagui.
51. Falésias do Serrano, Avaliação Física, Europa, Íbis em Solitário, Mont Blanc, Rapel, Chapadão da Babilônia.
52. Anhangava, The Diamond, Bicantes, Guia de Montanha, Carapa, Marins-Itaguaraé.
53. Guaralúva, Mulheres no Marumbi, Nordeste do Itabira, Costa Rica, Caderno Indoor.
54. Rotas Piratas, Pedra da Boca, Baudrier e Loop, Patagônia, Bagé, Caderno Indoor.
55. Salinas, Big Wall no Garrafão, Monte Roraima, Shipton, Pico União, Entalando-se Fácil, Caderno Indoor.
56. Serra do Cipó, Conquista do Castelhão-PNSO, Trekking no Vale do Paraiaba, Gruta dos Três Lagos, Caderno Indoor.
57. Pão de Açúcar, Trekking na Serra da Bocaina, Pedra do Sino, Caderno Indoor.
58. Florianópolis, Big Wall no Ibitirai, Trekking na Bolívia, Caderno Indoor.
59. Morro do Cuzcuzzeiro, Creatina e potência, novos points no Rio Grande do Sul, Anti-inflamatórios, Travessia da Serra Fina, Internacional, Indoor.
60. São Luis do Purunã, Serra da Capivara - PI, Maria Comprida, Dor na Escalada, Trekking ao Pico da Neblina - I, Internacional, Indoor.
61. Escalada Tradicional, Os Segundos Sete Cumes, Slack Line, El Chorro - Espanha, Eclipse Ocullo - Pedra do Sino, Trekking ao Pico da Neblina - II, Internacional, Indoor.
62. Salto Ventoso, Novas rotas na Paraiaba, Copa do Mundo de Escalada, Campos Gerais - PR, Crazy Muzungus, Trekking à Pedra do Sino, Internacional, Indoor.
63. Falésia dos Olhos, Festivals de Escalada, Espírito Santo, Conquistas na Bahia, Travessia da Serra Fina, Internacional, Indoor.
64. Cachoeira do Tabuleiro, Quixadá - CE, Boulders em Sorocaba, Grand Teton, Internacional, Indoor.
65. Blocos dos Serranos, Diogo Ratacheski x Mr. Bill, vias do Dedo de Deus, Calcário do PR, Corda Dupla I, Internacional, Indoor.
66. Pedra do Segredo, Seminário de Impacto, Patagônia - Saint Exupéry, Gradação Brasileira, Corda Dupla II, Internacional, Indoor.
67. Campo-Escola 2000, Serra do Lenheiro, Workshop de resgate no Baú, Projeto Paredes de Minas, Técnica e Ética de Mínimo Impacto

68. Pedra do Sino, Bouldering no Sul do Brasil, André Ilha e Antônio C. Magalhães, Novas rotas: Nefelibatas e Taxi Lunar-Pedra do Sino, Técnica e Ética de Mínimo Impacto II, Internacional, Indoor.
69. Morro dos Cabritos - RJ, Maria Comprida, Points Secretos, O Caminho do Sol, Forum Pró Serra Fina, Internacional.
70. Edgar Kittelmann, Sulamericano de Boulder, Do kichute à sapatilha, Pedra do Itamaracem, Como ajudar os segurancas, Info Femej, Internacional.
71. Paraiaba, Pedra Riscada-MG, Resmont, Paradas, Minas do Camaquã, To bolt or not to be, Info Femej, Internacional.
72. As super vias de Escalada, Tadeusz Hollup, Tempestades, Montanha de valores, Paulista 2003, Adote uma montanha, Info Femej, Internacional.
73. Arapatuba-PR, Cerro Branco-RS, Bivaque forçado, Amazônia, Learning Tower-EUA, Cordilheira Huayhuash, Info Femej, Internacional.
74. Prateleiras, Los Encardidos, Erwin Pröger, Trekking no Caraça, Padrão brasileiro de classificação de escaladas, Info Femej, Internacional.
75. Perigo na Escalada, Southern Comfort, Pico dos Marins, Terra de Gigantes, Caminhadas em Campos do Jordão, via Abuso - Escalavrado, Ética, Internacional.
76. Novas vias na Pedra do Baú, Roberta Nunes na Groenlândia, Atibaia, Pedra Baiana-ES, Escalada Solo, Controle mental, Pico da Bandeira-ES, Internacional.
77. Falésia do Lagarto, Ancoragens, Conquistar ou equipar?, Ceará, Cachoeira do Tabuleiro-MG, Pico das Almas, Internacional.
78. Chapada Diamantina-BA, Preservando nossa memória, Dicas sobre a Escalada Tradicional, Pedra do Elefante-MG, Exercícios Pilométricos para melhorar a potência, Trekking ao Pico do Barbado, Itacolomi protegido, Internacional.
79. Itajubá-MG, Paulista 2004, Equipar ou pré-equipar?, Segurança em Top Rope, Tipos de agaras de plástico, Serra Fina ganha ONG, Info FEMERJ, Internacional.
80. Etsel Stookert, Pedra Baiana-ES, Plastic Man, Classificação Brasileira, Internacional.
81. Tradicional em Jacinto-MG, Baturité-CE, Chapada Diamantina-BA, Aconcágua Invernal, Cantagalo-RJ Comunicação Silenciosa, Internacional.
82. Quixadá-CE, Nick em Yosemite, Brasileiro 2004, Potero Chico-México, Escala rápido, Federações, Internacional.
83. Pico do Itapeva, Cerro Torre, Dicas de aquecimento, Controlando as quedas de guia, A casa do pânico.
84. São Chico, Controle seu medo de cair, Manutenção de Equipamentos, Falésia do Zê Vermelho, Pedra do Pico.

"A perfeição é atingida, não quando não há mais nada a se acrescentar, mas quando não há mais nada a se retirar."
 Antoine de Saint Exupéry

Síntese 25 litros

Promoção de lançamento R\$ 89

- cordura plus 500
- zíper principal YKK 10
- bolso na tampa
- compartimento para cantil flexível
- costas acolchoadas
- alças ergonômicas e ajuste peitoral

www.equinox.com.br

esse é o nosso caminho

roberta nunes em eldorado canyion/usa

foto cameron

cadeiras mosquetões freios costuras fitas acessórios

www.kailash.com.br

Existem momentos em que sua única companhia são os melhores equipamentos.

Cadeiras, Mochilas, Roupas Especiais e Acessórios

www.conquistamontanhismo.com.br