

Mountain ^{voices}

Informe Brasileiro de Montanhismo e Escalada | Ano XXII | #138 | jul/ago 2014

Trabalhando com
Fotografia Outdoor

Boulders - Santa Catarina
Los Gigantes - Argentina

Vulcões - Equador

Segunda Pele CURTLO
Conforto térmico, aonde você for!

ThermoSense
Performance ultraleve
Temperatura amena

ThermoSkin
Performance ultraleve
Temperatura baixa

ThermoPlus
Underwear térmico
Temperatura extrema

www.curtlo.com.br

Costuras planas Antiodor Flexibilidade Alta absorção de suor

CURTLO www.curtlo.com.br /curtlobr

O Caminho do Guerreiro da Rocha

Os manuais de escalada não costumam falar muito sobre treinamento mental, apesar de ser um fator de rendimento tão importante como a força, flexibilidade ou a técnica. **Arno Ilgner** aproveita algumas das ideias essenciais da antiga tradição do Caminho do Guerreiro e da psicologia moderna do esporte para fazer neste livro um quadro sem igual sobre o treinamento mental.

O uso deficiente da atenção pode dar lugar ao medo, que pode se manifestar desde uma ansiedade pelo êxito até genuíno terror. Ao dirigir nossa atenção mais conscientemente podemos compreender como surge o medo, tratá-lo de forma eficaz e nos liberarmos para restabelecer o contato com uma fonte de motivação muito mais poderosa: nosso amor pela escalada. O Caminho do Guerreiro da Rocha oferece um programa revolucionário para aqueles escaladores que desejam melhorar seu rendimento desfrutando cada vez mais da escalada.

"Como um escalador fanático estou sempre procurando por ferramentas que me ajudem a melhorar, mas poucas vezes encontrei uma tão útil quanto o O Caminho do Guerreiro da Rocha. Os princípios do livro do Arno aumentaram radicalmente minha confiança."
Tommy Caldwell

"Este é o primeiro livro que conheço que trata com profundidade o jogo interno que envolve a escalada: já era hora."
Jim Bridwell

"Ler O Caminho do Guerreiro da Rocha me faz lembrar o meu passado. Ele contém muitas das técnicas que utilizei ao ganhar confiança para participar de competições. Este livro ajudará os escaladores a aumentar o seu nível de poder sem nenhum treinamento adicional."
Robyn Erbesfield-Rabautou (quatro vezes vencedora do campeonato mundial de escalada esportiva)

"Em O Caminho do Guerreiro da Rocha, Arno Ilgner ilumina os esquivos processos e estados mentais que podem travar ou libertar-nos para vivenciar totalmente a pureza da escalada. Ilgner toca no coração do assunto – quem nós somos por dentro – e usa isto como a base para a compreensão de como nos relacionamos com a rocha. O Caminho do Guerreiro da Rocha é um guia valioso para qualquer um que procura sinceramente ter um avanço e obter uma nova forma de abordar a escalada."
Chris Sharma

"Os aspectos mentais da escalada podem ser extremamente difíceis de dominar. Se usado corretamente, O Caminho do Guerreiro da Rocha pode ser muito mais útil do que qualquer quantidade de treinamento físico e pode te ajudar a elevar seu nível."
Beth Rodden

"Quando escalei pela primeira vez com Arno há vinte anos, admirei sua desenvoltura na rocha, sua audácia ao escalar guiando, sua calma ao enfrentar obstáculos. Depois de ler O Caminho do Guerreiro da Rocha, compreendo melhor a forma de pensar que está por trás de sua serenidade, a tranquilidade interior que libera sua mente para a escalada pura. Ele parece ter dominado todos os demônios mentais que nos freiam na rocha e no gelo, e neste livro nos conta como combatê-los em nós mesmos. Agora meu plano é voltar a lê-lo e deixar que transforme minha escalada de dentro para fora. Depois o repassarei aos meus companheiros."
John Harlin III (editor, American Alpine Journal)

"Eu pensava que eu tinha tudo isso bastante claro, mas há no Caminho do Guerreiro da Rocha muitas ideias novas que me surpreenderam. Após ler o livro consegui resolver um problema de Boulder que há algum tempo me frustrava. O poder de uma visualização positiva é verdadeiramente impressionante. Eu acredito que quase todo mundo, seja ou não escalador, poderia se beneficiar com a leitura do Caminho do Guerreiro da Rocha."
Mark Synnot

Preço: R\$ 46,00 (www.companhiadaescalada.com.br)



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
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.solo.br

SOLO
VISTA SUA LIBERDADE

Geração Touch

ANDRÉ BEREZOSKI | SP

Ok, sei que o título parece meio estranho, mas não sei se realmente tudo aquilo que enxergava como exagero ou aporrinhação por parte dos mais experientes está batendo a porta após tantos anos escalando e após ter vivenciado tantas e distintas experiências, que me pego perguntando: a idade do "tiozinho" da escalada bateu? A paciência e a intolerância com certos assuntos seria um sinal da idade ou seria definitivamente acreditar que tem alguma coisa estranha acontecendo na escalada que minha geração ou mente não conseguem acompanhar? A verdade é que mesmo o iPhone mais moderno tem seus problemas se comparados aos "tijolos" de 1994.

A tecnologia está aí, ela nos pegou de jeito, todo mundo com seu celular touch nas mãos, ora acompanhando tudo o que rola no mundo "climber", planejando a próxima sessão, trip, treino, escalada, ora vagando pra lá e pra cá sem alguma função vantajosa e assistindo vídeos de inutilidades. Quem dera se fosse 100% revertido para a escalada ou subsistência dela. A verdade seja dita, estamos todos tomados por tal milagre tecnológico que fica muito difícil saber utilizar tremenda ferramenta para algo que realmente nos faça evoluir, não só nos treinos, mas como pessoa. Imaginem quantas barras, boulders ou movimentos você está deixando de fazer em miseráveis 30 minutos que fica virado na frente de seu telefone, 30 minutos de corrida, 30 minutos de finger ou campus board, 30 minutos de travessia ou boulder todos os dias se reverteriam em um treino tão poderoso para a escalada, que quando se está treinando de verdade, planejando, e com um compromisso e calendário apertado nas costas estes "trintinhas" podem ser a diferença entre vencer ou perder.

Mas atualmente o que realmente não me entra na mente são estas ferramentas sendo utilizadas para uns fins menos esclarecidos ainda, (pelo menos na minha, digamos assim, "antiga" visão). O sujeito treina como diz o figurino, afinal informação e receitas de treinos estão a um "touch" do celular, ele se dedica, e realmente se coloca em uma almejada posição física, técnica com suporte de informações que há 15 anos se tratava de relíquia, ou a cada novo movimento revolucionava o meio da escalada, enfim, o "cabra" ou grupo deles têm tamanha competência de encadenar boulders ou vias que já foram feitas há muitos anos atrás mas, ao invés disso,



preferem ficar criando linhas novas do tipo: um V12 até tal agarra vale V8, e posta a foto do "bonitão" no boulder não encadenado, ou na via que tem 15 costuras: até a oitava costura é tal grau, até a décima outro grau... Ah, mas o Daniel Andrada, ser supremo da escalada, cortou um boulder pela metade em Ubatuba e depois disso se estabeleceu que sim, esta regra se aplica aqui no Brasil. Mas e a linha completa? Bom, a linha completa aí só encadena quem já escala há muito tempo para entender que se a linha foi aberta, encadenada do chão até os limites possíveis, é a única existente naquele ponto, fim, sem lamentações ou desculpas, ou seja, só consigo visualizar tal atitude como uma forma de se auto promover, postar o lance mais "radical", a foto mais legal no instagram, no face, e ficar atrelado ao celular esperando os inúmeros "curtir" e "comentários" de pessoas que não sabem nada da realidade mas acham aquilo o máximo, algo que não retrata a proposta inicial da linha, inventando posições não originais para otimizar a linha que por sua vez já se provou ser capaz de ser escalada do chão ao topo. É óbvio que descobertas e betas sempre são bem-vindos, mas retirar o lance inicial ou "sair pela tangente" por não ser capaz de realizar o original estampa na testa a incapacidade de aceitar o real e o grau verdadeiro.

O que realmente espera essa geração se colocando nessa posição ilusória de que uma foto ou vídeo do boulder ou via, se gabar de dizer que já fez metade de um boulder duro o coloca no pedestal perante aos outros escaladores, o que justifica

ficar mostrando seu "abdômen sarado" e "biquinhos" em uma comunidade "climber", se o mesmo não é utilizado para o objetivo final, isto é, mandar o boulder, a via ou qualquer que seja o desafio, sem ter que comprovar com fotos instantâneas de seus atos, (ou meio atos). Alguém, seja há uma semana ou dez anos atrás já provou ser possível ser capaz de realizar tal linha, por que inventar moda? Alguém, por favor, pode me explicar? Caso contrário, realmente vou aceitar minha data de nascimento do RG e ficar calado. Mas não vejo desta forma, assim como o celular vem para se promover, atualizar, orientar e não ficar parado no vácuo, ele nos dá em tempo real o que a galera lá fora está fazendo e mandando e que, diga-se de passagem, está ficando desmotivante abrir o 8º.nu-br, um site onde todos se gabam de colocar seus feitos ali, sendo que se comparados aos méritos da galera de fora, a bandeira do Brasil não deveria nem estar ali na página inicial do site, e só está por um simples número de points e linhas postadas, na maioria, variantes das variantes. O triste é lembrar que nem sempre foi assim, houve um tempo que realmente dava gosto de abrir este site, onde sempre houve uma diferença, é claro, afinal somos iniciantes perante Europa e EUA, mas sempre havia siglas realmente significantes se comparados aos gringos, hoje percebo que se tornou uma vitrine tão grande que não podemos desmerecer qualquer encadenamento sequer, mas o duro é saber que o que foi postado ali, na maioria das vezes é para engrandecer o próprio ego,

e isso não contribui em nada para a evolução do esporte, nem lá fora e muito menos aqui, o que realmente este indivíduo fez de útil para o point que frequenta todo final de semana?

Realmente me pergunto, de todas as linhas postadas como as de realmente tirar a bunda do chão e tentar seguir o que a natureza lhe proporcionou? E que realmente são as denominadas "clássicas" e entre todas essas, quantas são variantes, problemas de boulder, ou links de uma via com outra? Tudo se tornou uma tremenda salada, ou "fanfarragem", do ponto de vista dos mais puritanos, é difícil encontrar uma linha totalmente "pura", livre dos "agrotóxicos" modernos que não são influenciados pela oferta de compra e venda, postar um V13 que foi emendado de todas as linhas da parede é fácil, agora fazer um V13 de 5 movimentos sem ter pra onde fugir é outra história. Porque no fim todos sabemos que hoje em dia o que se vende é a imagem e não o produto de raiz. Infelizmente percebemos uma falta de "essência" de vários grandes nomes que poderiam fazer a diferença no cenário nacional, mas de que adianta uma foto que em 30 min. já virou passado perante tal evolução tecnológica, se o personagem do tal retrato não encontrou no meio da escalada seu suprasumo e fez dele seu ganha pão ou estilo de vida? Triste saber, mas mesmo impressa, essa matéria dentro do meio digital vai virar passado em apenas alguns "touches"...

André Belê Berezoski, escalador apoiado 5.10, Conquista Montanhismo, 4Climb.

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



LOS GIGANTES DE CÓRDOBA

TEXTO: EDSON STRUMINSKI

Era o ano de 1987 e um personagem agitado que havia pousado no Paraná um pouco antes, havia me instigado para conhecer o conjunto Los Gigantes, nas Sierras Grandes de Córdoba, Argentina. O personagem era Adauto Silva, paulista, pioneiro nas viagens brasileiras à Antártida e também na fabricação de equipamentos de alta qualidade, através da Manaslu, que produzia, então, barracas com um padrão muito superior ao que era feito no Brasil.

Na época, eu ainda não havia feito nenhuma incursão a um mundo de rochas diferente das montanhas úmidas e cheias de vegetação das serras costeiras brasileiras. Los Gigantes seria um local onde eu poderia aprender, com mais consistência, a arte da escalada em móvel, uma técnica que no Brasil ainda engatinhava.

Fazia parte também desta trip pioneira o talentoso fotógrafo curitibano Neni Glock, que pouco tempo depois iria passar uma longa temporada em Portugal. Neni seria responsável pela produção de algumas das belíssimas fotos e pelo registro de algumas escaladas que foram feitas na época.

Adauto havia percebido outra coisa em mim também. Uma inquietação e curiosidade a respeito de algo que eu só conhecia de leituras e que ele chamava de “cultura da montanha” e que se materializava em livros, abrigos de montanha, produção de equipamentos originais e em algo menos material como a camaradagem e o respeito mútuo entre os escaladores.

Enfim, algo que eu sempre senti falta no Brasil e imaginava encontrar na Argentina naquele momento. Lembro que naquele ano a alternativa mais interessante foi fazer um tirão de ônibus de Curitiba a Buenos Aires e de lá pegar um trem até Córdoba. Em Buenos Aires acabamos ficando na casa/oficina de um outro personagem inconfundível, amigo de Adauto e que certamente era seu inspirador, que era o fabricante de sacos de dormir e roupas de duvet, Héctor Vieytes, uma pessoa que imprimia um selo tão pessoal ao seu trabalho, que podia ser identificado como um estilo de vida. Com isto, mesmo em Buenos Aires, uma cidade litorânea, já se podia sentir o cheiro da montanha: clubes andinos, lojas de material de escalada descoladas e um grande e inusitado muro de escalada (La Palestra) próximo ao estádio de futebol do clube River Plate.

Nem tudo era deslumbre no país platino naquele ano. Um profundo sentimento de decepção e baixo estima assombrava o país, pois em 1982 a Argentina, havia vivido a derrocada de

uma ditadura militar implacável, por conta da incompetência financeiro/administrativa dos generais que estavam então no comando do país. Os militares haviam invadido as ilhas Malvinas, no Atlântico Sul, um resquício do antigo Império Britânico, como uma tentativa de ganhar popularidade. Os resultados são conhecidos e em 1987 ainda se viam os resquícios desta aventura grotesca. Agora estamos em 2014. Tudo, acho, faz parte do passado. Porém, antes do túnel que passa por baixo do rio Paraná somos surpreendidos por uma placa que parece perdida no tempo: “Las Malvinas son argentinas”. Somente agora entendo que ela representa uma lembrança de uma reivindicação realmente antiga, que vem desde o século XIX e que este episódio de 1982 foi apenas mais um, ainda que tenha custado a vida de muita gente.

Meu parceiro em 2014 é Fabrício Domingues, um talentoso agrônomo que trabalha na vinícola Almadén. Viajamos no feriado da páscoa no

meio do mundo do agronegócio; maquinários e plantações a perder de vista no trecho entre os rios Uruguai e Paraná (na Província argentina de Entre Rios). Cidades ricas e bem cuidadas, grandes obras. Navios imensos levando comida para matar a fome do povaréu da China. Enquanto isto, no reino da Dinamarca... Continuamos na viagem fugindo dos podres do reino, em um jogo de pega-pega com os buracos das estradas ou de esconde-esconde, com os policiais rodoviários, sempre solícitos solicitantes.

Mas conseguimos chegar são e salvos no fim deste primeiro round a tempo de pegar o estressante horário do rush em Córdoba à noite. Enfrentamos um estonteante movimento nas cidades serranas vizinhas, Villa Carlos Paz e Tanti, que ajudam a extravasar as tensões urbanas dos cordobeses nos bares, danceterias, pistas de kart, bangalôs, jogos de pebolim e outras atividades igualmente perigosas. Córdoba é a capital do interior argentino,



uma Buenos Aires com ares menos buenos.

Uma estrada rastafári mal iluminada nos leva, no meio da noite, em direção à Los Gigantes. Vamos tasteando como podemos até batermos em um dos campings no pé das montanhas, na entrada da trilha do Cerro de La Cruz. Durmo do jeito que é possível de dormir em um estacionamento e nos dias seguintes começamos a conferir a precisão, ou não, dos meteorogramas para as Sierras de Córdoba. O clima estava frio e úmido e, às vezes, se tornava mais frio e mais úmido. Em alguns momentos, quando a umidade engordava e adquiria vontade própria, virava chuva. Mas as janelas de sol e a qualidade da rocha (granito e migmatito) compensaram o mal humor do clima e a vasta quantidade de horas sentados no carro e pudemos nos divertir e curtir a tranquilidade e a beleza da paisagem.

Córdoba é um pequeno paraíso de escalada que começou a receber suas primeiras vias em 1954. 70 anos se passaram, mas ainda é possível reconhecer as linhas mais antigas em meio ao frenesi das escaladas desportivas. Em 1987 eu fui bem recebido pelos cordobeses e tive a chance de traçar algumas linhas por lá com nuts pelas fendas, algo que hoje vejo que é mais corriqueiro, inclusive com peças mais sofisticadas.

Na verdade, nesta ida mais recente, escalar com equipamentos móveis na bandoleira me deu mais tranquilidade

e liberdade para circular nas paredes, em particular nas maiores.

À medida que fomos nos ambientando melhor no ambiente de escalada local, com suas regletes, fendas de oposições ou de entalamento e aderências, esta liberdade se tornou mais proveitosa. Repassamos alguns dos locais mais conhecidos como Cerro de La Cruz, La Cuña, El Tio. Retrospectivamente não saberia dizer se chegamos a fazer alguma via completa, ou se eu fugia de uma linha sempre que aparecia uma fenda tentadora para colocar peças, o fato é que subimos várias paredes e chegamos a alguns cumes.

Experimentamos um pouco da solidão confortadora que nos faz falta no mundo das pessoas. Com exceção do primeiro dia, em que o lugar estava repleto de turistas barulhentos, escaladores tendo cursos e alguns veteranos, praticamente não tivemos contato direto com mais ninguém em Los Gigantes, a não ser com o pessoal dos campings. O lugar é extenso e inúmeros os destinos de escalada que existem. Dá para se perder, ou mais comumente, para se achar nos caminhos entre os labirintos rochosos. Alguns destes caminhos passam pelos refúgios de montanha dos clubes andinos de Córdoba e de Carlos Paz.

Rever estes refúgios de montanha em Córdoba e sua paisagem de Shangri-lá, me remeteu ao impacto causado pela visão destas construções em

1987. Naquele momento foi como se algo que eu vagamente conhecia, pelos livros velhos ou por colegas mais viajados, se materializasse na minha frente, que era a tal “cultura de montanha”.

Em 87 um refúgio construído e mantido por montanhistas e para usufruto de todos os viajantes da montanha era algo desconhecido para mim, a não ser pela sugestão de algumas ruínas em Itatiaia. Na primeira vez que estive em Los Gigantes, o refúgio do Club Andino Carlos Paz estava recém sendo concluído e eu pude usufruir do inusitado conforto que aquela modesta construção proporcionava, como também do “ambiente de montanha”, charlas, comidas, escaladas em comum, com os montanhistas que estavam trabalhando naquela construção.

Nesta nova viagem, já não encontramos ninguém nos refúgios com quem conversar, por conta do 21 de abril, dia feriado enforcado apenas no Brasil (Tiradentes). No entanto, apesar da paz e da tranquilidade que desfrutamos nestas montanhas, percebi uma surda disputa de espaços entre uma visão mais comercial do lugar e outra mais ambiental. O lugar vem sendo usado desde sempre para a criação de gado, que assume ares semi-selvagens, assim como desde sempre há destruição da vegetação, erosões, deslizamentos causados por este gado.

A região dos refúgios dos clubes andinos foi isolada do gado e tornou-se uma amostra de como poderia estar a vegetação natural sem a presença destes animais. O tabaquillo (Polylepis australis) uma arvoreta típica do local que já conhecia desde 1987 tomou conta do pequeno vale onde se situam os refúgios, em meio à vegetação pastejada em volta.

Me pareceu que, com relação ao turismo a situação é semelhante. A região do Cerro de La Cruz foi eleita pelos turistas, incluindo uma pequena multidão fazendo cursos de escalada. A trilha sai do primeiro camping. Já o segundo camping parece ter sido eleito pelos montanhistas. Cada um deles dá acesso a um setor diferente destas montanhas, ambos muitos bonitos de qualquer modo. A caminhada a partir do segundo camping é mais longa e bonita.

Tirando estas sutilezas, que às vezes nem interessam aos escaladores, pouco parece ter mudado ao longo dos anos em Los Gigantes. A rocha permanece maravilhosa para escalar, os caminhos bonitos, a paisagem harmoniosa. A omelete que eu fiz estava muito boa. Um passeio que, mesmo com frio, chuva ou canseiras, sempre valerá a pena ser feito.

14 anos dedicados
a oferecer o melhor
para sua aventura.

www.penatrilha.com.br

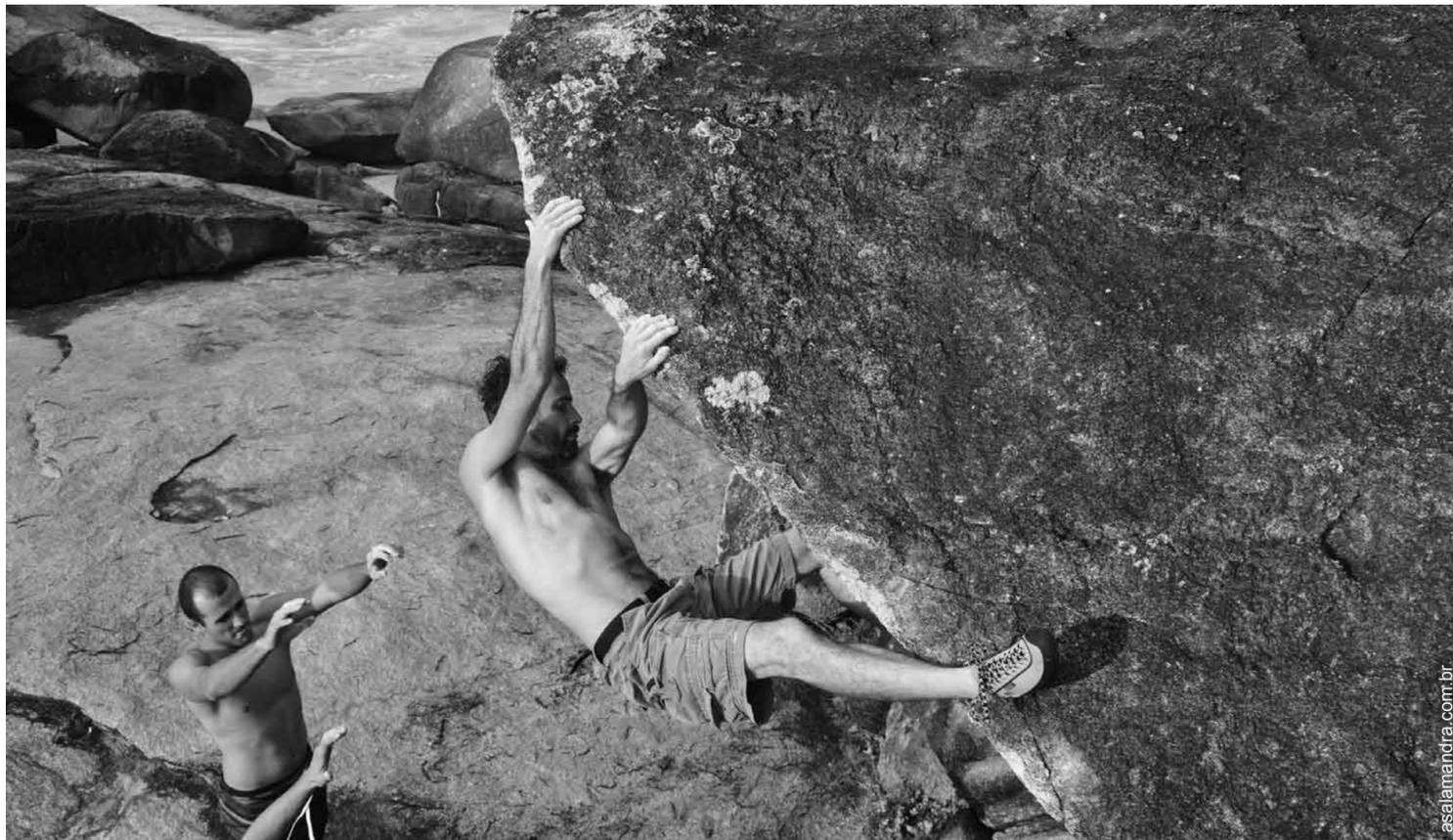


Rua Apeninos 803 São Paulo SP
11 3562 1801

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



Escalada Minimalista

DANIEL JULIANO CASAS | SC

A escalada de Boulder é uma modalidade minimalista, não só pelo óbvio diminuto tamanho da escalada, mas sim pelo nível de detalhes, equipamentos utilizados, tipo de segurança, quantidade de pessoas, e quiçá por esse motivo seja tão interessante e amplamente praticada.

Esse tipo de escalada se baseia em pequenos detalhes, poucas agarras e muita força. É preciso precisão nos movimentos e encaixar o corpo de forma correta junto à rocha para executar minuciosamente cada movimento até o topo. Para subir esses blocos, um par de sapatilhas e magnésio são suficientes. Ir leve, sem equipamentos pesando ou prendendo o movimento, facilita a escalada. Pelo fato de estar perto do solo, a segurança depende muito mais de uma boa execução dos movimentos, do que se proteger de uma eventual queda. A principal preocupação está em fazer uma boa aterrissagem, caso a queda seja inevitável. Incluindo um colchão como equipamento de segurança, a fim de amortecer as quedas, os limites podem ser ampliados. É também a modalidade mais fácil de praticar sozinho e isso sem dúvida propicia uma excelente oportunidade para o aprendizado, além de não depender de parceiros dispostos aos mesmos objetivos e horários, facilitando a ida à rocha. Estando sozinho, a experiência sempre é muito rica. A

ilha de São Francisco do Sul, localizada no litoral norte catarinense, possui um grande potencial para a prática de boulder. Escaladas de diversos estilos, tamanhos e níveis de dificuldade, distribuídos pelos costões rochosos ao longo das praias, diversão garantida para quem curte esse estilo. O granito abrasivo predominante na região, forma boulders incríveis e bastante técnicos, um tipo de escalada bem interessante, com poucas ou diminutas agarras, onde pressão e precisão, aliado a um excelente trabalho de pés é fundamental. São ao todo 13 setores onde se pode praticar, alguns bem desenvolvidos com muitos lances e outros ainda com muita coisa a explorar.

Escalar pequenos blocos de rocha para mim sempre foi sinônimo de descomprometimento e liberdade. No começo encarava essas pequenas escaladas como treinamento para as grandes paredes, com o passar do tempo essa ideia se transformou, de meio para o próprio fim. Sempre tive prazer em escalar tudo o que tinha pela frente, independente da dificuldade. Executando vários lances seguidos, trepando e destrepando os blocos, um após o outro. Nomes e grau apenas para os mais clássicos e normalmente para os que demoravam mais para serem encadenados. As vezes buscava a dificuldade técnica e em outras ocasiões a dificuldade psicológi-

palmente por esse motivo há muitos blocos grampeados para montar segurança com corda de cima. Destaque para o

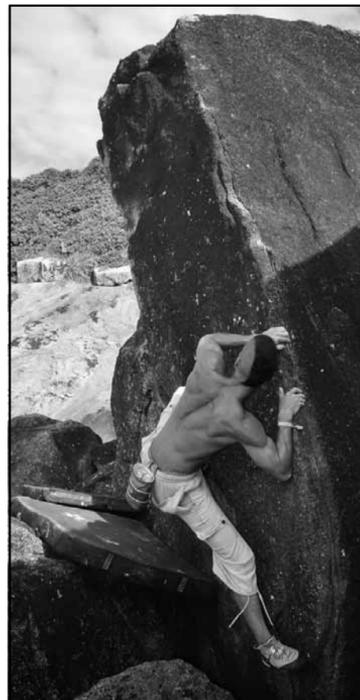
Principais setores de São Chico

Tartaruga

Esse setor é alucinante, boulders de alto nível, acesso fácil e uma base plana. Atualmente possui em torno de 30 problemas distribuídos em aproximadamente 15 blocos, variando de lances fáceis a V9, além de alguns projetos. Ideal ter mais de um colchão e alguns amigos pra segurança, pois vários blocos são bem altos. Para os iniciantes, é possível montar a segurança com corda de cima, alguns possuem grampos e outros precisam de equipamentos móveis para a ancoragem.

Prainha

Possivelmente um dos mais frequentados e explorados, seus blocos grandes e cheio de possibilidades favorecem os lances. É uma área grande e espalhada, foi na Prainha que se iniciou a escalada na ilha, em meados dos anos 80, princi-



Boca do Tubarão V4, Gringo V3, Netuno V8 e os top rope mais clássicos da ilha, Casado de Novo 5sup e Boto Rosa 7b.

Beira Mar

Um dos setores mais promissor devido ao tamanho e a quantidade de blocos ainda a explorar. Até o momento foram escalados apenas os mais óbvios, por ser um setor bem espalhado com certeza muita coisa boa ainda deve aparecer. Destaque para o Gedy V4, SicaGay V6, Sequela do Vício V6 e Fissura da Meia Noite V5.

Itamirim

Localizado entre as praias de Ubatuba e Itaguaçu, é um setor pequeno e bem desenvolvido, porém pouco frequentado. Muitos boulders interessantes, entre eles Vaca Louca V5, RFDV V4, Frente Fria V4 e Uba V0.

Forte

Um setor "lado B" conhecido por poucos, localizado no costão do Forte Marechal Luz. Alguns clássicos como Recruta Zero V2, Sargento Tainha V6, Sargent Peppers V1 e Bacucu Não V0 são imperdíveis pela estética das linhas. A ilha de São Chico é sem dúvida um lugar a se conhecer, com muita escalada de qualidade cercada de visuais belíssimos.

Daniel Juliano Casas: Guia e Instrutor de Escalada credenciado pela AGUIPERJ. Apoio: Salamandra Escola de Montanha, Resseg Ecologia e Aventura, Jurapê Equipamentos para Aventura e Hard Adventure.

RESSOLE SUA SAPATILHA NA



*SOS_sapatilha

- 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 BRÁSIL 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



Indo para a Alta Montanha

Texto: Lisete Florenzano

Muita gente me pergunta como fazer para ir para a montanha. Como não temos alta montanha por aqui, realmente é legal saber quais os primeiros passos. É importante, antes de qualquer coisa, decidir qual montanha você pretende escalar. Parece óbvio, mas não é... Além de saber se a escalada é técnica ou não, ir para uma montanha alta demais logo na primeira experiência pode não ser uma boa.

Nunca se sabe como o corpo vai reagir em altitude... pode ser que se aclimate muito bem, mas pode acontecer o contrário. Assim, para a primeira escalada, a sugestão é escolher uma montanha fácil e que tenha uma altitude moderada, no máximo 5.500m. Pode ser uma escalada com neve, e isso pode ser um "extra" na experiência, já que não temos essa condição em nosso país. Isso não significa que a montanha será tecnicamente mais difícil.

Tive muitos clientes que tiveram como primeira montanha o Kilimanjaro, por exemplo, com 5.895m. É uma montanha alta, mas sem neve. Alguns foram bem na aclimação, outros nem tanto... mas de modo geral, todos ficam um tanto espantados com as reações do corpo nessa altitude. É um cansaço que confunde as pessoas, pois elas não conseguem diferenciar se é apenas cansaço ou exaustão. Não conseguem saber se é hora de parar ou se ainda dá para seguir montanha acima. Como o corpo nunca havia sido exposto a essa situação, fica difícil entender os sinais que ele está mandando. Ai entra uma segunda questão: ter alguém experiente com você.

Ir para a montanha sem alguém com experiência realmente não é aconselhável. Essa pessoa é que vai preparar a logística de aclimação e também vai saber o que fazer caso você venha a apresentar os sintomas do Mal de Altitude, além de avaliar se você está "apenas" cansado (todos ficam, em altitude...) ou se realmente está entrando em exaustão. Sem uma boa aclimação, você pode ter problemas realmente sérios, inclusive fatais. E isso independe da dificuldade da montanha! Em minha primeira experiência em altitude, no Mt Chacaltaya na Bolívia, es-

távamos em 4 amigos e já aclimatados, pois fizemos uma longa viagem por aquele país. Mesmo sem saber do que se tratava, estávamos prontos para subir essa montanha. Mas acabamos encontrando outro grupo de brasileiros que foram conosco. Chegaram num dia em La Paz e no dia seguinte seguimos todos para a montanha de 5.600m. As reações foram, para eles, de dor de cabeça fortíssima a vômitos, fadiga. E todos se perguntando o que será que eles tinham comido que havia feito tão mal... tragicômico...

Se você quer apenas ter a experiência da escalada mas não quer aprender a parte técnica, é interessante ir com alguma empresa que ofereça esse tipo de expedições. Hoje em dia no Brasil existem várias empresas que oferecem esse serviço. Outra maneira é fazer o curso de montanhismo, que também é oferecido por empresas e instrutores brasileiros.

O próximo passo é o treinamento. Montanhismo é uma atividade exigente para o corpo e o melhor, inclusive por uma questão de segurança, é estar fisicamente bem. O treinamento deve incluir atividades que melhorem seu condicionamento cardio-respiratório. Claro que o ideal seria treinar em montanhas... passar os finais de semana no Itatiaia, fazer travessias pela Serra, etc. Mas sei que isso é impossível para muita gente. Assim, tente simular da melhor maneira possível o que vai encontrar na montanha. Basicamente você vai andar muito, e com mochila nas costas. Correr ajuda no treinamento? Sim, mas creio que é melhor fazer uma rotina com caminhadas longas e mochila nas costas, e ir aumentando gradativamente o tempo e o peso. Bike é ótimo para fortalecer a musculatura das pernas e melhorar seu desempenho aeróbico. Outro

treino popular entre os montanhistas é subir e descer as escadas de um prédio (quanto mais andares, melhor), com mochila nas costas. Da mesma forma que na caminhada, aumentar o tempo de treino e o peso nas costas conforme você se sintia pronto para isso. Musculação deve ser direcionada para o montanhismo, com o objetivo de fortalecer a musculatura que vai ser exigida e também para prevenir lesões. Sempre converse com um bom profissional da área, já que exagerar muitas vezes leva a lesões e isso pode deixar você fora da "balada".

A alimentação na montanha é outra questão que muita gente acaba tendo dúvidas. Normalmente no campo base come-se super bem. E deve ser assim mesmo, pois o gasto calórico numa escalada é enorme. Em algum momento precisamos carregar as baterias do corpo, e isso acontece no campo base. Procure comer bem, mesmo não tendo fome. A falta de apetite é comum em altitude e muitas vezes comer passa a ser um processo mental. Não sentimos fome... apenas sabemos que é preciso comer, e pronto. Não se alimentar bem pode levar seu corpo à exaustão (afinal, acabou seu "combustível") e isso pode custar muito caro... você pode perder o cume, ou na pior das hipóteses, precisar de um resgate. Nos acampamentos de altitude, quando já estamos subindo a montanha, preferimos comida liofilizada. É muito leve para carregar e de fácil preparo. Hoje em dia pode ser encontrada no Brasil. Para os lanchinhos no caminho, dê preferência para coisas calóricas e que você goste muito de comer. Chocolates, castanhas, paçoca, pé de

moleque, polenguinho, salame são alguns exemplos. Não vacile com relação à higiene! Sempre purifique a água que vai usar, lave as mãos ou use álcool gel quando for manusear alimentos. Levar um pouco de lenço umedecido para tomar um "banho de gato" também vale a pena. Você vai se sentir bem melhor e seu companheiro de barraca vai agradecer!

Equipamentos... sim, são específicos para esse tipo de escalada e é difícil de achar aqui no Brasil. Para saber o que levar, é só dar uma busca na internet que facilmente você vai encontrar. Dependendo de onde for a montanha que pretende escalar, é possível alugar o equipamento mais específico, como botas duplas, crampons, piolets, casaco de pena de ganso, etc. Como são itens mais caros e que não se usa com tanta frequência, vale a pena alugar. Mas antes de contar com esse tipo de serviço, se certifique de que o lugar para onde vai tem lojas que alugam e também tente saber se são confiáveis, isto é, se tem quantidade e a qualidade dos equipamentos disponíveis. Quem pode ajudar você nessas questões é o guia ou instrutor, ou a pessoa mais experiente que irá com você para a montanha.

O mais importante é ir aberto para a aventura! Estar na montanha é estar de corpo e alma lá, sem querer controlar os eventos à sua volta. É sentir seu corpo, sua mente e suas emoções, entrar em contato com seu lado guerreiro e também com seu lado mais obscuro – e entender que eles fazem parte de todo ser humano. Mas também é encher os olhos com a beleza, sentir o frio e o vento, e se entregar às maravilhas da Natureza. Boas Escaladas!

Trabalhando com Fotografia Outdoor

Texto: Fernando Lessa

Imagens: @walkinglessa



Trabalhar com fotografia outdoor nunca esteve nos planos. Comecei minha carreira fotografando modelos e publicidade, e segui por 7 anos. A escalada e o mundo outdoor surgiram como hobbies paralelo, mas que rapidamente já tinham prioridade de trabalho na agenda.

Entre os primeiros top-robe e as primeiras expedições fotográficas passaram pouco tempo e rapidamente surgiram trabalhos mais longos e complexos, em zonas mais remotas. Nesse artigo pretendo compartilhar algumas dicas, que acredito serem úteis ao montanhista amante da fotografia.

Escolhendo o material

Fotografar o mundo outdoor é sofrimento e diversão. Você sempre acabará levando mais peso que todos. A dica é cortar na carne e não levar nenhum excesso. O material tem que estar acessível, pois é muito chato tirar a mochila para pegar a câmera, trocar lentes ou pegar cartões..Leve as objetivas que você vai usar. É bastante complicado fotografar com uma grande tele-objetiva (como uma 70-300mm) pendurado em uma corda. Assim como vai ter dificuldade de fotografar aquele pássaro com uma 18-55mm. Normalmente levo duas lentes (uma grande angular – que por si só tem um tamanho mais compacto – e uma tele, normalmente uma 70-200mm). Considero obrigatório que cada uma tenha seu case. Objetiva solta na mochila é problema na certa. Para que vai escalar, a dica é escolher cases que tenham uma alça, onde você possa prender um cordelete ou um mosquetão. E evite cases com fecho de velcro. Se for para regiões úmidas, ou com possibilidade de chuva, eu recomendo levar sacos estanque individuais. Caso o equipamento seja usado próximo a água, é determinante ter sacos estanque plástico; que aguentam submersão (atenção: leia a embalagem do produto que você adquirir). Também é bom levar tampas de lente extra, para expedições de mais de uma semana.A câmera necessita alguns cuidados. Comece retirando a alça original. Ela não é segura; além de pouco confortável. Já quebrei uma câmera pois o fecho " correu". Para escaladas, a dica é usar uma fita presa a câmera. Lembre-se que a câmera vai ficar pendurada, e não deve sofrer impactos. Normalmente uso uma fita de dynema de 30cm e uma malha-rápida pequena para conectar a

câmera. Dessa maneira ela pode ser seguramente presa ao loop da cadeirinha ou aonde precisar. Para trekking eu costumo utilizar um case de câmera preso as alças das mochilas. É confortável e ela segue na altura do peito, bem protegida e acessível, deixando as mãos livres. Atualmente ja existem cases que vem com capa de chuva própria.A mochila é outro item importante. Esqueça as mochilas " dedicadas" e rígidas. De preferência a mochilas simples e com poucos bolsos e acessórios externos, que só servem para enroscar. Opte por mochilas "lisas", onde os cases podem ser acomodados. Mochilas de ataque, próprias para gelo (Com fecho para piquetas) costumam ser interessantes, pois podem servir para a fixação de um tripé.Algumas marcas de mochilas de aventura fabricam linhas específicas para fotografia. Vale a pena conferir.

Cartões de memória

Estes valem ouro. Compre cartões bons e guarde com cuidado. Quando possível, opte por cartões tipo SD de marcas renomadas. São leves, não quebram e são bastante resistentes em caso de humidade e queda, que os antigos CF. Eu costumo guardar os cartões cheios em mini sacos ziploc, e estes guardados em um estojo estanque. De preferências a cartões de capacidade menor, pois em caso de problemas, perdem-se menos arquivos. Também é recomendável marcar e guardar cartões usados e sem dados em lugares separados.

Tripés

São muito úteis para fotografia noturna e de paisagem. Compensam um bom investimento. Desconsidere os feitos com plástico; não são sólidos e não vão permitir boa estabilidade para sua câmera. Caso seu orçamento não permita grandes investimentos, a dica é prender um cordelete ao eixo central do tripé e ali pendurar uma mochila ou algo pesado, aumentando a estabilidade. Os tripés de carbono são muito bons, mas custam fortuna e não são estáveis para lugares com vento. Já vi tripés de 7kg, mas câmera pesada e objetiva saírem voando...

Baterias

São caras, delicadas e requerem muita atenção. A sua durabilidade esta diretamente ligada a utilização. Caso faça muitas fotos de longa exposição e/ou utilize o flash da câmera, tendem a durar menos, assim como no frio extremo. Normalmente os fabricantes indicam quantos "clicks" cada carga de bateria permite. Para trekking eu considero uma bateria por dia (sem usar o flash embutido) ou 2000 clicks. Para escalada, uma bateria para cada dois dias. Hoje já existem carregadores solares capazes de recarregar – com sol forte - uma bateria de DSLR em 3 horas; mas Lembre-se que nem sempre faz sol. No monte Roraima, em 8 dias, só consegui usar a placa solar em 2. Não esqueça a mochila no sol e evite a humidade. Também evite baterias "paralelas".

Filtros

Eu recomendo sempre usar um filtro UV para proteger as objetivas. Pedras voam, galhos arranham lente. É muito recomendável; assim como um filtro polarizador, que aumenta o contraste e a saturação em dias muito ensolarados. Para os amantes das fotografias de longa exposição, a dica são os filtros de Densidade Neutra, que " escurecem" a cena, permitindo tempos de exposição mais longos.

Montando a mochila

Caso vá caminhar grandes distancias (ou seja, não necessita do equipamento a mão), eu recomendo começar com o tripé. Ele vai bem dentro da mochila e você pode enrolar o isolante ao redor dele; formando a espinha dorsal da mochila. Coloque roupas no fundo, e depois os pequenos cases com equipamento; ao redor do tripé + isolante. Por ultimo coloque uma camada de roupas, para proteger. Miudezas em geral pode ir no compartimento de cima, dentro de um estojo (Nunca deixe nada solto na mochila. Cada objeto em seu compartimento). A dica é usar o anorak como ultima camada, funcionando como uma camada para qualquer eventual umidade. Se optar por um dia

de foto, a melhor maneira levar a câmera em um case, preso as alças da mochila, na altura do peito. Você pode levar cartões e uma bateria (atenção, abaixo de -5C, as baterias podem falhar, devendo ser guardadas em contato com o corpo) em algum bolso da barrigueira da mochila; nunca nos bolsos da calça, pois em caso de um escorregão, você pode cair encima da bateria...

Pensando em montar a mochila para um dia de escalada, sugestão é manter todos os equipamentos presos: costume prender um cordelete na parte interna e ali todos clipar todos os cases. Dessa maneira, mesmo a mochila " virando", nada se perde, alem de coloca-los na mochila na ordem que vão ser usados. Coloque tudo que vai na mochila e deixe a ultima camada para os equipamentos de fotografia. E evite enrolar roupas nos equipamentos. Pode até proteger, mas é bem provável que junto com o corta-vento venha aquele case de lente..e tudo sai voando! Acredite. Também evite clipar qualquer equipamento de fotografia na cadeirinha: retire da mochila, use e guarde. Não esqueça. E em hipótese nenhuma utilize mosquetões "chaveiros"- não recomendados para escalada. Numa emergência você pode se confundir..

Para se organizar, vale clipar a mochila no loop da cadeirinha e deixá-la pendurada, o que ajuda a estabilizar e da muito mais conforto.

Atenção dobrada deve ser tomada em relação a água. Use cantis e sacos de hidratação de marcas renomadas. Mais umas vez os sacos estanque podem fazer a diferença. É uma grande bobagem considerar que equipamentos mais caros fazem fotos melhores. Leve equipamentos que você confia e que não vai ter medo de "malhar". Câmeras são sensivelmente mais resistentes do que você imagina. O equipamento que estraga é o que fica guardado no armário. Compre o que seu orçamento permitir e seja feliz!

Morrão

uma conquista na Chapada Diamantina

Texto: Renato Torres Pereira



Foram abertas duas vias de escalada para acesso ao cume, batizadas de 'Morrão Alpino' e 'Nunca mais', todas em estilo tradicional com o uso de proteções móveis, acabando com um dos mitos criados por escaladores locais sobre uma das principais montanhas da Chapada Diamantina.

Uma das montanhas ícone da Chapada Diamantina, com certeza você já deve tê-la visto em alguma propaganda ou em algum pacote de café produzido na região. Se você já esteve no povoado do Vale do Capão para visitar a cachoeira da Fumaça (2ª maior do Brasil), com certeza o formato estranho desta montanha te chamou atenção. Seu cume pode ser visto de várias partes do parque e assume um formato diferente dependendo do ângulo de visão. Com 1.418 metros de altitude, o Morrão é o nome tradicional do monte de 218 metros de altura que abriga uma das nascentes do rio Mucugezinho. Compõe uma das mais belas paisagens da Chapada Diamantina, situando-se entre as serras do Sobradinho, Lapão, Mucugezinho, Serra da Bacia e Serra do Morrão.

Seu cume era acessado somente por trilhas, e durante anos não houve uma rota de escalada nesta montanha, muitos acreditavam ser impossível conquistar uma via devido a

qualidade da rocha não ser boa para proteções, ou pela presença de insetos como abelhas ou marimbondos. Confirmamos que esse era mais um dos muitos mitos existentes sobre as paredes da Chapada Diamantina. O arenito, principal tipo de rocha de nossas paredes realmente parece assustador. Blocos soltos e poucas proteções, presença de marimbondos e abelhas, são características marcantes, junte isso com domínios de tetos nas alturas e terá a explicação para tanto temor. Poucos foram os escaladores que se aventuraram em conquistar por essas bandas. A maioria das vias tradicionais da região está no Morro do Pai Inácio e Morro da Mãe Inácia, e que juntos não representam nem um terço de todo o potencial para esse estilo em todo o arredor e interior do Parque Nacional da Chapada Diamantina. Hoje o que mais se fala são das vias esportivas espalhadas em Lençóis, Igatú e Ibicoara, que de tão boa qualidade, fazem com que a Chapada seja eleita como um dos melhores

picos de escalada do Brasil (de acordo com a revista on line Blog de escalada). Porém qualquer pessoa que lançar um breve olhar sobre as imensas paredes da Serra dos Brejões (de frente ao Pai Inácio), sendo escalador ou não, irá se indagar sobre a possibilidade de escalar aquelas lindas rochas avermelhadas.

A empreita da conquista ao Morrão começou algumas semanas antes, quando deixei meus equipamentos com o Guga no Abrigo Formigueiro do Vale do Capão. Deixei todos meus equipamentos lá para nos motivar, à final já que eu teria que buscar, por que não conquistamos algo e fazermos o esforço da busca valer à pena? Essa conquista já contava a muito no imaginário dos escaladores locais. Eduardo Mazza "Formiga", há muito tempo tinha em sua lista de planos, assim como vários outros escaladores locais e que por aqui passaram. Muitos foram os que prometeram um dia tentar algo nesta mítica montanha. Duas semanas se passaram ten-

tando combinar esta conquista, mas a vida parecia não querer ajudar muito, hora eu, hora Formiga ou o Guga tínhamos um compromisso inadiável que nos fazia remarcar a data da conquista. Mas como tudo acontece na hora que tem que acontecer, esperávamos pacientemente o momento certo.

Aproveitando uns dias de baixa temporada turística em Lençóis, parti para o Vale do Capão na sexta-feira, 10 de maio, caminhando por uma trilha conhecida como da "Trilha Cachoeira do XXI". Aportei no Abrigo Formigueiro por volta das 21 horas, horário que começaram a percorrer os 20km da trilha Capão-Lençóis, o Formiga e o Diego, com a intenção de nos encontrar na base da rocha para a conquista do dia seguinte.

Partimos do abrigo as 7 da manhã, e as 8:20 estávamos todos nos encontrando na base da montanha. A equipe estava formada, Guga, eu, Formiga, Diego e por coincidência do

destino também pudemos contar com o grande apoio logístico do Gustavo "Picolino", que estava passando uns dias no Capão e resolveu nos ajudar na empreitada, sempre disposto a apoiar, e dessa vez sendo primordial. Procuramos as possíveis linhas na imensa parede de arenito, e visualizamos duas principais. Uma no meio da parede, que começa em um diedro bem óbvio até chegar nos tetos logo acima. A outra linha, a que de longe parecia ser mais bonita, começava dentro de uma "grot" contornando por fora um totem que existe colado com a parede, seria uma linda via... seria!

Na base da parede decidimos que Guga e eu faríamos parceria em uma cordada entrando na linha do diedro, enquanto Diego e Formiga iriam compor outra cordada para atacar a linha do totem.

Logo que começou os trabalhos de conquista a linha do totem, apesar de linda, se mostrou perigosa pela presença de muitos marimbondos, o que fez a dupla decidir por abortar a tentativa. Já a outra linha se mostrou cada vez mais promissora, com belos movimentos em um lindo diedro fendado. Os marimbondos confirmaram o que prevíamos, nossas paredes estão infestadas deles, mas a linha de fenda estava quebrando todos nossas previsões, não é nada comum encontrar linhas assim aqui, na maioria das vezes as fendas são horizontais,

verticais é coisa rara. E essa via nos privilegiou com as duas primeiras cordadas em fendas da melhor qualidade, com entalamentos de punho, de mão, de dedos e com boas proteções.

As cordadas seguintes transcorreram por alguns blocos soltos (comuns nas paredes da região), e que o Guga os tratou de 'limpar com muito carinho', foi uma verdadeira chuva de bloquinhos. Em todos nossos movimentos sempre estávamos muito preocupados em impactar o mínimo possível, somente tocar no que for realmente necessário para escalarmos, não mexer em mais nada!

Blocos soltos não nos deixa outra opção a não ser proteger pouco e torcer sempre para chegar a um grande e confortável platô. E foi o que aconteceu! Depois do sufoco de uma cordada pisando em ovos, chegamos em um platô gigante com belo visual da Serra da Bacia e do Morro da cara suja. Esse platô é onde começa a penúltima cordada, a cordada dos temidos tetos! Uma mudança na coloração da rocha, para vermelha, e mudança no estilo de escalada. Uma seqüência de tetos com fortes movimentos atléticos. Complexidade comum nas paredes da Chapada Diamantina, muitas de nossas vias acabam tendo como característica vários estilos misturados em poucas cordadas. Duros movimentos longos, esticando-se muito para alcançar os batentes altos e escapar dos te-

Mais que uma loja de equipamentos outdoor

NA BIVAK VOCÊ ENCONTRA
Ambiente descontraído
Assistência personalizada
Suporte técnico
As melhores marcas



BIVAK
OUTFITTER

e-commerce: www.bivak.com.br

11 2308 6995

Rua Caramuru, 523

Metró Praça da Árvore, São Paulo

tos negativos, em uma possível linha de saída para o cume, assim foi a mais dura cordada dessa via, assim passamos pelos "tetos do Morrão." O último tramo da via transcorre por

boas agarras com poucas proteções, alguns domínios abaulados e passagens aéreas por tetos, até chegar a uma "toquinha" onde é possível construir a última parada usando alguns blocos.

Batizamos a linha de "Morrão Alpino", devido a tentativa de fazer uma escalada em estilo alpino, leve sempre. A outra dupla, Diego e Formiga, após a primeira tentativa frustrada, partiram para uma outra linha, que se mostrou possível, foram 5 cordadas em blocos soltos, e de tão assustadores, acabaram por batizar a via de "Nunca Mais!".

As duas vias foram conquistadas respeitando o estilo local, em estilo tradicional com proteções móveis, e a saída se dá pela trilha de acesso ao cume. Priorizamos sempre estar leve para ser rápidos.

Mais informações sobre a escalada na região da Chapada Diamantina você pode conferir no blog (escaladanachapadadiamantina.blogspot.com.br), lá constam informações atualizadas sobre essa e outras conquistas, além de dicas sobre como chegar, onde ficar, e claro onde escalar! Agradecemos a montanha pelo privilégio de poder aprender em uma linha jamais escalada.



Os vulcões do Equador



Texto: Alberto Ortenblad

Em cada estrada existe uma cruz, significando que alguém morreu. Em cada cume costuma também haver uma cruz, que representa estar mais próximo do céu. José Salazar, guia de montanha

Visitei numa rápida viagem alguns dos muitos vulcões do Equador. Espero que o resumo a seguir possa estimular o leitor a conhecer este país de paisagens tão bonitas e variadas. Em especial, os vulcões nevados são impressionantes por seu tamanho e beleza – e subir pela neve nas noites frias, sentir o lento nascer do dia nos glaciares brancos ou avistar de cima a natureza andina são experiências muito especiais.

O Equador

O Equador é um país pequeno, sua área sendo pouco maior do que a de São Paulo e metade da de Minas Gerais. Seu território é atravessado por duas cadeias paralelas da Cordilheira dos Andes, sendo dividido de leste para oeste em quatro regiões: a amazônica, a andina, a litorânea e a insular, que inclui Galápagos. Quase metade do Equador está contida nos vales altos entre as Cordilheiras Ocidental e Oriental.

Os Andes surgiram pelo choque de duas placas tectônicas; por ser a mais pesada, a Placa de Nazca penetrou por baixo e causou a abrupta elevação do relevo. Os Andes são relativamente recentes, algo como 3 milhões de anos (durante o Pleistoceno). E são enormes, estendendo-se pelos 7 mil km do limite oeste da América do Sul, desde a Venezuela até a Argentina.

Além disto, o chamado Anel de Fogo está situado próximo à borda do Pacífico, originando inúmeros vulcões. As duas Cordilheiras do Equador são ígneas, abrigando nada menos do que 84 vulcões (segundo outras fontes, 64), dos quais 27 potencialmente ativos. A Avenida dos Vulcões é o espaço compreendido entre estas formações, ao longo de 300 km, desde o Sangay ao sul até o Chiles-Cerro Negro na fronteira com a Colômbia. Os principais vulcões do Equador, todos aci-

ma de 5.000m, são listados abaixo:

Vulcão	Altitude	Conquista	Dist. Quito
Chimborazo Ocid	6.310	1880	180km
Cotopaxi Oriental	5.897	1872	55 km
Cayambe Oriental	5.790	1880	65 km
Antisana Oriental	5.758	1880	50 km
Altar Oriental	5.320	1963	170km
Illinizas Ocidental	5.248	1880	55 km
Tungurahua Ori	5.023	1873	180km

É proibido subir nos picos nevados do Equador sem a presença de um guia. Esta norma foi estabelecida no fim de 2012, após a morte de uma moça nos Illinizas. Apesar disto, os acidentes continuam ocorrendo, seja pela ação da natureza ou da imprudência. Em função do clima instável, convém checar antecipadamente a condição das montanhas. Possivelmente a melhor época para tentar os vulcões seja nos meses secos do inverno (jul-ago), apesar dos fortes ventos. Ainda que mais úmido, o início do verão (nov-dez ou às vezes jan) apresenta menos frio e vento. O período fev-mai deve ser evitado devido ao mau tempo, em especial o chuvoso mês de abril.

Agora, alguns rápidos conselhos por quem não é autoridade no assunto:
 •faça refeições leves e sem álcool, bebendo muita água durante o dia (dois litros);
 •aclimate-se devagar, subindo picos sucessivos e dormindo em altitudes menores;
 •para se proteger do frio da montanha - às

vezes, com vento a 15° negativos - use de três a quatro camadas de roupa, desde a segunda pele até o fleece e o anorak;
 •traga ou alugue capacete, cadeirinha, piqueta, bota dupla e grampões;
 •amplie seus horizontes: procure conhecer a natureza e a cultura do Equador.

O Chimborazo

Esta é uma montanha gigantesca, com um diâmetro de 50 km e uma proeminência de 4.1 km, que representa a diferença de altura entre o cume e o colo. Na América do Sul, só o Aconcágua é mais proeminente e, na Ásia, só o Everest - mesmo sem esquecer o K2. Foi considerada por muito tempo como o ponto culminante do planeta. Seu nome provavelmente significa Mulher de Gelo. Ele é um estratovulcão, ou seja, uma montanha com o modelo de um cone, formado pelo magma extravasado. Possui quatro cumes e sete vias, graduadas de II a V, esta última sendo a via mista Arista del Sol. Sua escalada é bastante perigosa, por diversas razões: presença de fendas, risco de avalanches, paredes íngremes e trechos desorientadores.

Eu apenas a avistei, de forma que as informações a seguir me vieram de conversas e leituras. Chimborazo é distante de Quito, situando-se no centro do país. Existem ônibus que saem da capital rumo a Riobamba, onde você deve embarcar para Guaranda,

saindo na entrada da Reserva Chimborazo. Ela abriga nos seus quase 60 mil ha lhamas, vicunhas e alpacas trazidas do Chile. É de lá que você deve caminhar até os abrigos da montanha. Existem dois refúgios, Whymper e Carrel - são os nomes dos europeus que conquistaram o cume (ver a seguir). Mas acredito que você deve economizar suas forças e alugar um taxi que irá deixá-lo a ½ h do refúgio Whymper. Os usos do parque e dos refúgios são gratuitos - Whymper é em geral preferido, por ser mais alto (5.000m), poupando 1 h de subida. Ele tem um agradável aspecto urbano com suas pitorescas mansardas, porém não possui luz - em compensação, você pode acender sua lareira. Se preferir, pode também acampar ao lado. A via normal é a sudoeste, chamada de El Castillo, que sobe diretamente a montanha às costas do refúgio. É uma rota árdua, com paredes de até 60 graus, inúmeras fendas e clima difícil. Você deve sair por volta das 10 hs da noite, para tentar atingir seu amplo cume quem sabe 8 hs depois, ao nascer do sol. Procure retornar até as 10 hs da manhã seguinte, para evitar o mau tempo e a queda de rochas ao longo do El Corredor, que é o trecho final de descida, que você avista do abrigo. Serão ao todo 10 a 12 hs de esforço e 1.300m de ascensão. Uma possibilidade é acampar alto, normalmente no sopé da impressionante rocha do El Castillo, neste caso fazendo a montanha em dois dias. Ela fica a apenas 1 h do refú-



CASA DE PEDRA

15 ANOS



A MAIOR VARIEDADE. AS MELHORES MARCAS. POR UM PREÇO MUITO MENOR.

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.casadedepedra.com.br Fone: 11 3047 2494



Corcova do Cume do Cayambe

O Cotopaxi, o maior vulcão ativo do Equador, com 5.916 metros de altura.

gio. Outra alternativa é sair no rumo noroeste em direção ao Pico Ventimilla (que é o segundo mais alto), cruzando a confusa e perigosa bacia nevada que o separa do Pico Whymper e retornando pela via normal.

As neves do Chimborazo estão retrocedendo, como é comum em diversas montanhas elevadas dos Andes. O aquecimento global e as cinzas aquecidas do vulcão vizinho Tungurahua são responsáveis pelo derretimento de seus glaciares. Assim como outros vulcões, o Chimborazo é um importante manancial de água potável para as vilas da região.

O Cotopaxi

É uma formação impressionante, visível desde Quito, com um diâmetro de 20 km e uma proeminência estranhamente baixa de 2.4 km, pois não avistei colo algum. Devido a seu perfil simétrico de um enorme cone nevado, à relativa simplicidade de sua ascensão e à proximidade com Quito, o Cotopaxi é o mais popular vulcão do Equador. Ele ainda é ativo, como pode ser percebido pelas eventuais fumarolas de seu cume – existem no mundo só dois vulcões ativos mais altos, o Ojos del Salado e o Tupungato. Ao longo da história, as erupções do Cotopaxi já destruíram algumas vezes a vila próxima de Latacunga. Seu nome quer dizer PESCOZO da Lua no idioma quéchua, povo que o considerava sagrado por trazer a chuva.

Existem dois acessos, pelas vilas de Machachi (norte) e Latacunga (sul), para as quais há transporte regular de ônibus. Porém é mais prático contratar ou alugar um veículo em Quito até o estacionamento da montanha. Os acessos me pareceram bons, em largas estradas encascalhadas, mas nem sempre foi assim no passado. O Cotopaxi está inserido num Parque de 34 mil ha, para cujo ingresso não é cobrada entrada (ver a seguir nota sobre os parques). Do es-

do aos glaciares móveis, às muitas gretas, às frequentes avalanches e às tempestades de neve. Talvez por isso ele seja às vezes considerado grau III. O cume principal é chamado de Maxima, havendo dois outros, o Norte e o Oriental, ambos acima de 5.700m. O nome da montanha é formado a partir da palavra Gelo. Os glaciares do Cayambe estão retrocedendo, devendo recuar até 5.000m nos próximos 15 anos. O vulcão é extinto e faz parte da enorme Reserva Ecológica Cayambe Coca, com 400 mil ha, rica em vida animal e em flora nativa. Para chegar lá a partir de Quito, você deve tomar o ônibus para a vila de Cayambe e alugar na sua praça central um transporte até a montanha. O percurso não é longo e, se tiver sorte, você será deixado a apenas 2 km do abrigo – caso a estrada não permita, terá de percorrer até 6 km carregado. O abrigo fica um tanto baixo, a 4.600m, custa US\$ 20 por noite e tem as facilidades usuais.O Cayambe é sujeito a fortes tormentas que fazem a temperatura despencar, eliminam qualquer visibilidade e alteram a rota de subida. Você iniciará por um caminho rochoso, até atingir o glaciar, após o qual terá de atravessar encordado uma cascata de gelo até o cume. Quando a neve é recente, pode encobrir as muitas fendas ao longo do caminho, que em geral são grandes e perceptíveis. A ascensão é de 1.200m, com 8 hs de subida, que você deve iniciar à meia noite.

tacionamento você subirá em menos de 1 hora por uma rampa íngreme e curta até os 4.800m do abrigo onde deverá pernoitar. É uma construção ampla em dois andares, dotada de água e luz, porém ainda sem banheiros (em construção). Embora seja elogiada por seu espaço e solidez, senti lá um ambiente lúgubre. Seu pernoite deverá ser pago, serão cerca de US\$ 25. Se preferir, você pode encomendar refeições – você não pode cozinhar. Outra opção é acampar logo ao lado.A rota normal é grau II e sobe à direita do abrigo, por uma via sinuosa rumo à aresta da montanha. Dependendo das condições, você terá de atravessar encordado uma região com desagradáveis blocos (seracs) e fendas (crevasses), situados entre 5.300 e 5.500m, porém felizmente sem grandes aclives. O Cotopaxi é uma montanha móvel: cerca de meio ano antes da minha visita, um serac desabou sobre um montanhista mas, por outro lado, meus companheiros que tentaram a montanha (o que não foi o meu caso) não encontraram obstáculos neste trecho.

Vencida esta passagem, você terá de subir pela íngreme corcova da montanha, passando por duas ravinas, a segunda delas situada logo abaixo do cume norte, chamado de Yanasacha devido à faixa escura de rocha. Esta última ravina foi escavada para impedir que você ficasse exposto antes de atingi-lo. Existem dois bordos na cratera, o exterior sendo coberto por neve e sendo mais alto ao norte. Sua ascensão será de 1.100m, para pelo menos 8 hs de caminhada. Se você tiver saído cedo, poderá chegar ao cume por volta das 9 hs e voltar ao abrigo ao meio do dia ou início da tarde.

O Cayambe

Assim como em Quito e em Galápagos, a linha do Equador passa pelo Cayambe. Apresenta um amplo perfil abaulado, com a corcova do cume sobressaindo. Sua ascensão é descrita como não sendo tecnicamente complicada - embora perigosa devi-

menos 10 hs. Comparado com os demais vulcões, este é um ambiente mais selvagem e preservado, inserido dentro dos 120 mil ha da Reserva Biológica Antisana. Ao longo da aproximação, você poderá encontrar animais como lobos, lhamas, colibris, condores e, se tiver sorte (ou azar), até pumas. E também vistas espetaculares das formações próximas do Sincholagua, Cayambe e Cotopaxiare.

O Altar

O Altar é considerado como a escalada com maior dificuldade técnica do Equador, por mesclar rocha e gelo em grau V (a outra via com esta classificação pertence ao Chimborazo). Além disto, este estratovulcão fica numa área remota a sudeste da Cordilheira Oriental. Está contida dentro do Parque Nacional de Sangay, numa imensa área de 520 mil ha que é uma das maiores do país (ver adiante). Ela abriga também os vulcões Tungurahua e Sangay, bem como cenários que vão desde o tropical até o glaciar. Seu nome indígena Kapac Urku significa Montanha Sublime, devido ao seu perfil espetacular. Trata-se de uma formação antiga, com a caldeira vulcânica extinta aberta para o lado oeste e circundada por nada menos do que nove picos, todos acima de 5.000m. Dos seus altos é possível descortinar um extraordinário panorama, com os vales andinos, as densas florestas, os imponentes vulcões e as inúmeras lagoas, tido como talvez o mais belo dentre todos.

O Antisana

O Antisana é formado por duas gerações de vulcões, o primeiro tendo sido erodido pelos glaciares e recoberto pelo novo cone. É impressionante avistar o seu enorme corpo com a forma de um platô elevado. Sua única erupção reportada ocorreu há cerca de dois séculos. Existem quatro cumes ao longo do bordo de sua cratera, que é recoberta por gelo. O Antisana é pouco visitado devido às dificuldades de acesso e de escalada, apesar de ser classificado como grau II. Seu glaciar é recoberto por blocos de gelo (seracs), que tomam sua travessia confusa e delicada. Antisana significa Montanha Escura ou, alternativamente, Homem de Vento e Neve. O acesso é mais complicado que os demais, pois você terá de tomar o ônibus que sai de Quito para Pintag e depois percorrer cerca de 3 hs em veículo alto ou com tração até Santa Lucia. Há dois postos de entrada sucessivos e, para chegar até o vulcão, você terá de atravessar terras particulares, mediante um passe obtido por US\$ 10 em Quito.Não haverá outras taxas, mas você terá de acampar (a 4.500m), pois neste caso não existe nenhum refúgio. Havia no passado o Condor Trek, uma travessia deslumbrante do Antisana ao Cotopaxi, que foi desativada devido a estas passagens por terras privadas. Na escalada, você deverá sair à noite para evitar a instabilidade da neve sob o calor, subir 1.200m dependendo de seu acampamento e suportar uma jornada de pelo

menos 10 hs. Comparado com os demais vulcões, este é um ambiente mais selvagem e preservado, inserido dentro dos 120 mil ha da Reserva Biológica Antisana. Ao longo da aproximação, você poderá encontrar animais como lobos, lhamas, colibris, condores e, se tiver sorte (ou azar), até pumas. E também vistas espetaculares das formações próximas do Sincholagua, Cayambe e Cotopaxiare.

O Altar

O Altar é considerado como a escalada com maior dificuldade técnica do Equador, por mesclar rocha e gelo em grau V (a outra via com esta classificação pertence ao Chimborazo). Além disto, este estratovulcão fica numa área remota a sudeste da Cordilheira Oriental. Está contida dentro do Parque Nacional de Sangay, numa imensa área de 520 mil ha que é uma das maiores do país (ver adiante). Ela abriga também os vulcões Tungurahua e Sangay, bem como cenários que vão desde o tropical até o glaciar. Seu nome indígena Kapac Urku significa Montanha Sublime, devido ao seu perfil espetacular. Trata-se de uma formação antiga, com a caldeira vulcânica extinta aberta para o lado oeste e circundada por nada menos do que nove picos, todos acima de 5.000m. Dos seus altos é possível descortinar um extraordinário panorama, com os vales andinos, as densas florestas, os imponentes vulcões e as inúmeras lagoas, tido como talvez o mais belo dentre todos.

O cume principal chama-se Obispo e fica ao sul. Os picos parecem um conjunto de padres num altar, reverenciando a figura mais alta de um bispo, que naturalmente é o ponto culminante. Estes cumes distribuem-se numa forma de uma ferradura com 3 km, circundando a cratera no interior da qual fica a Laguna Amarilla.O acesso passa por Riobamba, aonde chegam ônibus de Quito, e depois por Candelaria. Existe uma taxa de US\$ 10 para ingresso no Parque e, se você quiser alcançar o refúgio da Hacienda Reliche (após uma lamacenta e cansativa caminhada de pelo menos 6 hs), terá de pagar US\$ 12 por noite. Porém de lá você poderá chegar em apenas 2 hs ao lago da cratera. Se, porém, seu objetivo for conquistar o Obispo, terá de acampar no Campo Base Italiano (foram eles quem primeiro escalaram o vulcão), a 4.600m. Você deverá como sempre acordar à noite para retornar no início da tarde seguinte, numa extenuante prática de quase 800m de ascensão, paredes de 40 graus e talvez 12 hs de escalada, com volta em rapel.

Os Illinizas

Este é um conjunto de duas montanhas, chamadas de sul e norte, com altitudes muito parecidas, respectivamente 5.248m e 5.126m e com um sugestivo perfil recortado que fica mais bonito quando estão nevadas. O Illinizas Sur é 1.8 km proeminente, o que surpreende – isto é devido ao baixo colo entre

as duas formações. Você pode escalá-las por seu próprio mérito ou como aclimatização para os vulcões maiores. Ficam relativamente próximas de Quito, com acesso por ônibus para Machachi e depois para El Chaupi, que está a 9 km do estacionamento das montanhas. Seus nomes representam provavelmente Montanha Masculina e Feminina. Os Illinizas são parte da Reserva Ecológica que leva o seu nome, com a apreciável área de 150 mil ha, para cujo ingresso não é cobrada entrada.

Há várias maneiras de acessá-las: pelo confortável Hostel La Lloviniza (que fica no cênico vale anterior à montanha); diretamente a partir do estacionamento de La Virgen ou acampando próximo a ele (a 3.900m); e finalmente pelo pequenino abrigo Nuevos Horizontes (4.700m) no sopé do Illiniza Sur ou ainda no acampamento anexo. No caso do refúgio, a taxa é de US\$ 15 por dia. As montanhas, que originalmente eram um só estratovulcão, mas acabaram divididas em dois cumes, podem eventualmente estar cobertas por neve - em especial no sul - o que torna mais complexa a sua escalada. A subida ao Illiniza Norte é relativamente simples, ao contrário do difícil Illiniza Sur. Se você vier do estacionamento, atravessará os belos pampas andinos (ver a seguir), até a região de rochas frontal às montanhas. A subida ao Illiniza Norte é relativamente simples, ao contrário do difícil Illiniza Sur. Se você vier do estacionamento, atravessará os belos pampas andinos (ver a seguir), até a região de rochas frontal às montanhas. Se vier do abrigo, partirá da sela entre os dois cumes. Embora de grau I, são escalaminhadas exigentes através de pedras instáveis e espaços exíguos que levam 4 a 7 hs para serem completadas, com ascensões de 450m a 1.350m, dependendo de onde você parta e para onde vá. No Illinizas Sur você deverá fazer uma travessia logo abaixo do cume, apelidada com algum exagero de Paso de la Muerte. Acidentes não são raros, pois os Illinizas parecem mais fáceis do que realmente são, com sua instabilidade, exposição e verticalidade. Mesmo sem neve, convém sair à noite, especialmente se do estacionamento mais baixo.

O Tungurahua

Talvez você esteja cansado de ler sobre erupções antigas e vulcões extintos – e descrente do seu poder de destruição. Pois o Tungurahua é um estratovulcão que se tornou ativo mais recentemente em 2010-2012, expelindo cinzas e fragmentos de rochas, fazendo com que as populações próximas fossem evacuadas e as escaladas fossem suspensas.

É uma formação massiva, com diâmetro de 14 km e proeminência de apenas 1.6 km, apesar de eu não ter visto colo algum. Ele resultou de uma seqüência de três vulcões, os mais recentes depositando-se sobre as bases colapsadas dos anteriores. Seu nome muito apropriadamente significa Garganta de Fogo. Ele é também conhecido como o Gigante Negro, pois o vulcanismo derreteu sua neve.O acesso é pela cidade de Baños, que é um centro turístico muito visitado. Lá você deve alugar um veículo até o distante

Parque de Sangay. Se houver guardas na entrada do parque, certamente você será impedido de continuar, dada a proibição existente. Se estiver deserta, prepare-se para caminhar carregado 4 hs até os refúgios – existem dois lado a lado, em pedra e madeira, que ficam na altitude um tanto baixa de 3.800m. O vulcão é provavelmente grau I, embora não seja em geral considerado fácil. A ascensão de 1.200m é relativamente rápida, serão 6 hs numa trilha de cascalho desagregado (scree), onde você pode se deparar com muita lama. No final, você ingressará no pequeno glaciar do cume - eventualmente você pode não encontrar gelo, mas é conveniente levar grampões. A volta ao refúgio tomará 1½ hs - ou 3 hs se você quiser ir diretamente até a entrada do parque.

Algumas Histórias

Um Domingo de Sol: Ao chegar ao Equador, você deve iniciar uma série de ascensões, para melhor aclimatar-se à altitude. Os Pichinchas, localizados na cidade de Quito, são uma das opções preferidas. Compõem uma serra com três cumes, o Guagua e Ruku Pichincha e, entre eles, o Padre Encantado - Guagua significa jovem e Ruku, velho. O mais usual é subir pelo teleférico de Quito e caminhar até o Ruku, numa ascensão de 900m em até 6 hs no total. Procure fazê-lo num domingo e ficará encantado com a incrível diversidade de gente, desde avós e crianças, motoqueiros e cavaleiros, namorados e montanhistas, turistas e até ladrões, aparentemente insensíveis à neblina, ao frio e ao cansaço. Ficou claro para mim que os equatorianos têm uma cultura de montanha muito diferente da nossa.

Os Pichinchas

Foi neste improvável local que aconteceu a batalha pela independência do Equador. Mas existem mais fatos a conhecer desta formação tão impressionante, que parece querer desabar sobre a cidade de Quito, de tão vertical e próxima que é. Quando o país

era uma colônia espanhola no século XVII, ela entrou em erupção. Formou-se uma camada de cinzas que se espalhou por 500 km, ou seja, praticamente por todo o país. Quito foi coberta por quase meio metro de cinza e pedra pome. E em 1999 houve uma nova erupção, desta vez gerando apenas uma fina camada de cinzas sobre a capital. Depois deste evento, os Pichinchas voltaram a ser abertos ao público. Fico pensando como se pode confiar na estabilidade desses vulcões, aparentemente tão inertes quando os visitamos, mas potencialmente tão destrutivos.

Edward Whymper

Foi um dos mais famosos escaladores de seu tempo, quando ocorreu a transição entre o alpinismo exploratório e o desportivo. Whymper sempre procurou usar os melhores guias de alta montanha, como Croz na sua primeira ascensão ao Matterhorn (quando houve várias mortes) e os primos Carrel nas conquistas andinas. Foi Whymper quem primeiro subiu no Chimborazo em 1880 – quando duvidaram de sua ascensão, repetiu a montanha por outra via. Neste mesmo ano, conquistou ainda o Cayambe, o Antisana e o Illiniza Sur. Sua mais famosa frase é: Escale se quiser, mas lembre-se de que coragem e força nada são sem prudência, e que uma negligência momentânea pode destruir a alegria de uma vida. Nada faça com pressa; considere cada passo; e desde o começo pense qual pode ser o final.

A Proeminência do Chimborazo

Os equatorianos adoram contar que o Chimborazo é a montanha mais proeminente do planeta, por ser o ponto mais distante do centro da terra (diferentemente do significado antes usado, aqui proeminência significa simplesmente altura absoluta). O Everest está no hemisfério norte enquanto o Chimborazo está sobre a linha do Equador – como a terra não é perfeitamente redonda e sim achatada, o seu raio é 6.1 km maior neste último local. As altitudes das duas montanhas são 8.8 km e 6.3 km, o que confere ao vulcão uma apreciável vantagem de 3.6 km - outro candidato,

o Huascarán, embora 0.5 km mais alto, está muito ao sul. Por isto dizem, ele está mais perto do céu. Mas, como comentou um amigo meu, só mesmo um astronauta no espaço pode perceber a diferença.

A Pressa e a Saudade

O manto branco das montanhas nevadas as torna visualmente mais bonitas. Isto me parece ainda mais verdadeiro em relação aos vulcões, cuja rocha é escura e fraturada e cujo perfil é muitas vezes irregular e recortado. Porém o contato com uma montanha nevada se torna às vezes irreal e abstrato, a ponto de quase diluir o vínculo dos alpinistas com ela. Mais de uma vez observei a maneira impessoal e apressada com que abandonam estas montanhas, com um rápido sentimento de missão cumprida (ou frustrada). Por outro lado, quando deixam as formações sem neve, que mais intimamente convivem com seus campos altos, pampas em geral mais ricos e expressivos, parecem fazê-lo com um sentimento de perda, no qual a pressa cede lugar à saudade.

Os Parques Nacionais

Você deve ter notado com que frequência mencionei os muitos parques naturais do Equador: Sangay, Cayambe Coca, Antisana. Há outros grandes e próximos, como Llanganates e Cotacachi. Se contei direito, foram algo como 15 mil km2 no entorno dos sete vulcões aqui descritos.

O país conta com 30 parques, compreendendo 1/6 do seu território, sendo que, só na região andina, existem 15 parques e reservas. Ao focar nos vulcões, esqueci-me de explorar a magnífica natureza à sua volta – ainda mais considerando que as reservas estão relativamente próximas, dada sua disposição compacta, grandemente ao redor da Avenida dos Vulcões. Fica aqui este comentário para que você evite repetir o meu erro.



Face Leste do Altar

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: Felipe Camargo escalando na pedra da Tartaruga, Itatiaia-RJ. Foto: Fernando Lessa

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 30/12/2014.

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
- () 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

138

Total00

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

LANÇAMENTO!



KARMA



TERRA DE GIGANTES



LOBOTOMIA 2
Baú e Região



LOBOTOMIA 3
De PE ao RS

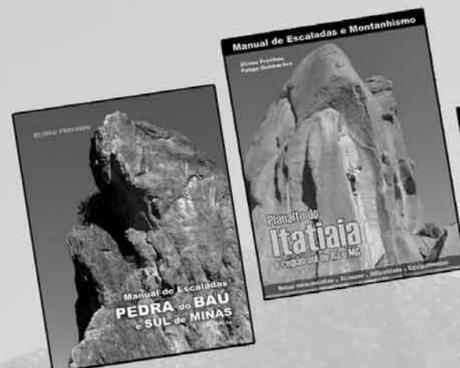


DÍAS DE TEMPESTADE
mp4 e wmv

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

EQUINOX

Desde 1989 preparando montanhistas para grandes desafios.

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

PROTEÇÃO ABSOLUTA EM 3 CAMADAS.

CONQUISTA

www.conquistamontanhismo.com.br
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, MALEÁVEL 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 E PARTICIPAR