



montcamp
WWW.MONTCAMP.COM.BR
TUDO PARA CAMPING E ALPINISMO

lafuma

Ipanema: Centro:
Teixeira de Melo Rio Branco
21 slj. 50 slj.

Barra: Televendas:
Novo Leblon (21) 438-8358
Shop. Millenium

► Alta Sociedade

- O Gustavo Assafir ao ser “chamado” pelo Diego: - Peraí, ainda não me DESINCOSTUREI!!
- As paradas pelo visto estão criando aberrações, esta é do Zé Antônio (de novo, jovem?) ao ser “chamado” pelo Adrian: - Dava pra eu subir com o grampo, me sinto tão seguro...(cruzes!)
- Um sócio do clube ao chegar na parada, quase mata de susto seus companheiros: - Meu Deus! Nãoooo, um escorpião!!! (era uma formiguinha carregando um graveto)

Clube Excursionista Carioca

Fundado em 21 de fevereiro de 1946

Rua Hilário de Gouveia, 71 / 206
Copacabana - Rio de Janeiro
CEP: 22040-020 Tel: 255-1348
Internet: www.carioca.org.br

Reuniões sociais às quartas e sextas a partir de 20:30hs

- Zé Antônio demonstrou ser um grande especialista em aviação: - Olhem um ultraleve! Ih! Parece que tem um cara dentro.... (Santos Dumont deve ter se virado no caixão)
- Omar chegou a uma incrível conclusão: O Bernardo e o seu filho (Pedro Pow) são FISIOLÓGICAMENTE iguais!
- Para garantir que não iria faltar gelo no churrasco de fim de ano do Carioca, Kate preparou tudo com muita antecedência: comprou o gelo TRÊS DIAS ANTES!!
- Miguel disse para o Alfredo que o clube já foi uma vaga de garagem. Alfredo logo perguntou como o carro subia lá em cima.
- Por absoluta falta de assunto, a equipe do informativo deseja a todos um feliz natal e um próspero ano novo...Lembramos também que estaremos “de férias” no próximo mês e voltamos no informativo de fevereiro!

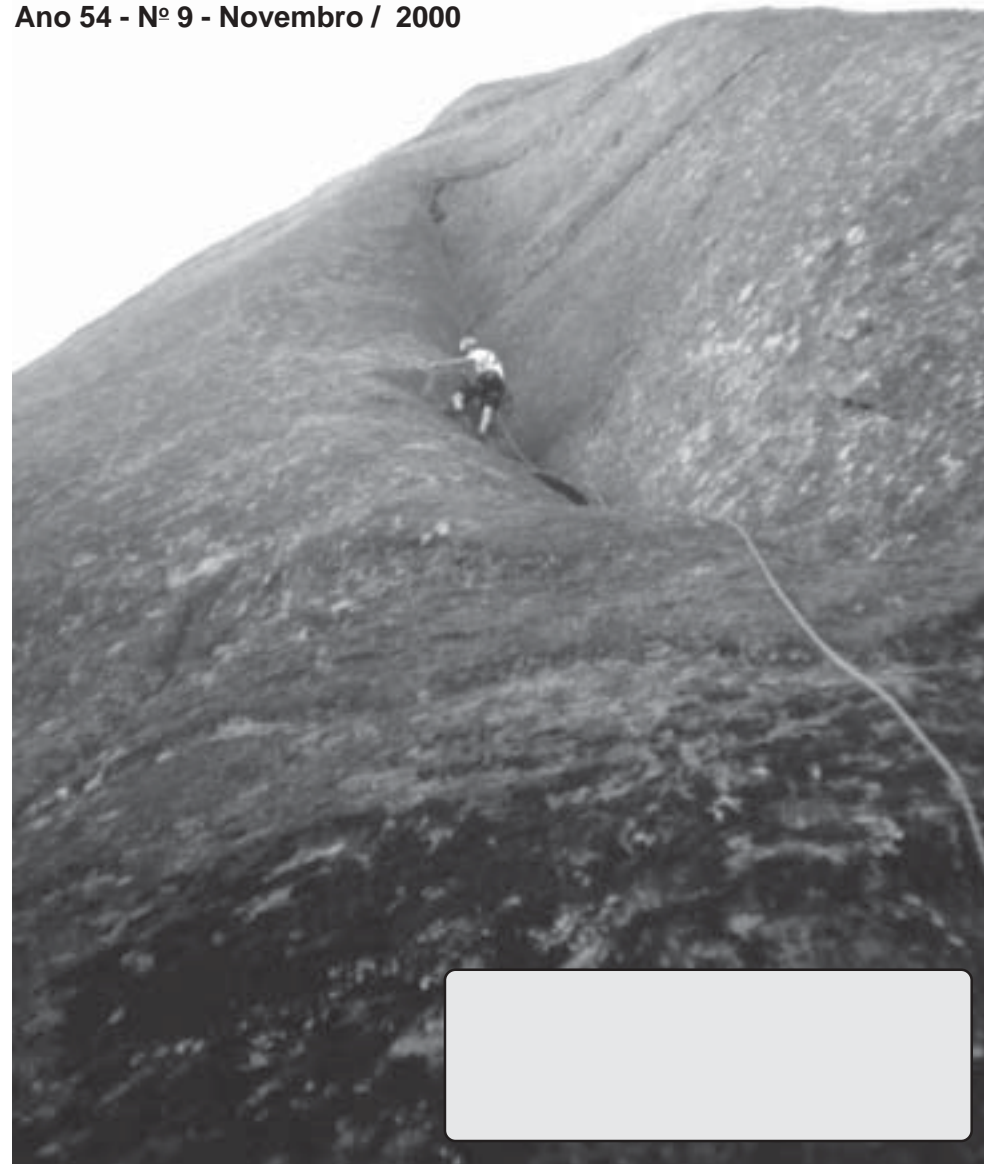
■ Dicas da FiveTen de como cuidar bem da sapatilha

Informativo do Clube Excursionista Carioca

C.E.C. É notícia

Ano 54 - Nº 9 - Novembro / 2000

História de Antigamente: Uma Excursão ao Peru



► Editorial

Neste mês de novembro ocorreram dois acidentes fatais, um no Pão de Açúcar e outro no Rio Grande do Norte. No Pão de Açúcar Daniel, um escalador de Santos montou o rapel errado, segundo seu parceiro, e caiu cerca de 40 metros quando estava descendo pela via dos Italianos. Infelizmente, ele veio a falecer. E no Rio Grande do Norte um experiente escalador estava rapelando sem “meiar” a corda quando passou por uma das pontas.

Redundância na escalada é lei. Temos sempre que respeitar e utilizar todas as medidas de segurança. Os dois não eram inexperientes. É muito fácil cometer um erro, por isso que na escalada há tanta necessidade do “backup”, pois estamos sempre longe do chão. Quem já não deu um “mole”?? Mas, felizmente, a grande maioria não se transforma em acidente. Com o passar do tempo há uma tendência do escalador ir relaxando numa medida de segurança aqui e outra acolá, e, como tudo dá certo, ele continua relaxado até..... Ou então o escalador adota certas medidas somente em algumas situações, imaginando que ele tem como saber quando irá ocorrer o acidente, mas o acidente ocorre quando não esperamos, aí é que está o grande perigo, por isso galera, vamos SEMPRE adotar todas as medidas de segurança e seus “backups”.

Bernardo Collares Arantes
Diretor Técnico

► Por Dentro do CEC

- Está no ar a lista de comunicados do CEC na internet. Por ela serão enviadas informações sobre datas de reuniões, programação do mês, eventos, decisões de diretoria e etc. Para receber os avisos, envie um email para: **avisos-request@carioca.org.br**. No corpo da mensagem (e não no título) coloque a palavra “**subscribe**” (sem aspas) e pronto!
- Lembramos que o número de mensalidades pagas pode ser visto entre parenteses na etiqueta do informativo. Se for negativo indica o número de meses em atraso.
- Todos os finais de ano, a diretoria recebe as sugestões para o Ranking do ano seguinte. Uma das apresentadas é haver pontos de bonificação quando a prancheta for de caráter ecológico. Caso você tenha alguma idéia para melhorar nosso ranking apresente-a para diretoria. Estamos recebendo sugestões até final de Janeiro/2001.
- Gostaríamos de retificar o editorial do último informativo: Cionyra e Tadeuz Hollup estão com mais de 70 anos e não 60 como foi colocado.

C.E.C. É notícia

Uma publicação do Clube Excursionista Carioca

Editor: Guilherme Dias

Colaboradores:

Miguel Freitas

Cris (Ana)

Capa: Cidade dos Ventos (Michel)

Pico Maior de Salinas

► Ranking - final

Esta é a classificação final do Ranking 2000. Parabéns à todos que participaram das excursões. Agradecemos ao Alfredo Neto, que contou os pontos do ranking todos os meses.

Categoria Guia

1° Sérgio Bula	193
2° Bernardo	116
3° Alfredo Neto	102
4° Rinelli	67
5° Piu-Piu	59
6° Adrian	44
7° Ivan	29
8° Miguel Freitas	23
9° Cris Jorge	22
10° Hernando	18

Categoria Participante

1° Cris (Ana)	122
2° Hernando	73
3° Leo Skol	64
4° Adrian	63
5° Cris Jorge	63
6° Miguel Freitas	61
7° Renata Gomes	59
8° Piu-Piu	58
9° Diego Polari	55
10° Jane	42

Desses, 500m eram de uma corda da Redley (a única do Brasil) que foi fixada em diversos pontos ao longo do Costão. Flávio Henrique (“Flávio da Penha”), ironicamente de uma Escola de Alpinismo chamada “Ratos de Pedra”, cortou e roubou 300m de corda, pedindo para a esposa ir buscar ele de taxi. Alguns escaladores encontraram a sua esposa e pensaram que ele havia se acidentado nos Tetos, foram ver se estava tudo bem. Ao ser interpelado na Cláudio Coutinho com 300m de corda nas costas ele ainda tentou o convencer de que aquela corda era dele para jumarear.

• Programação das próximas projeções de slide na sede do Clube:

Dia 6/12: Exploração de Cavernas do (Luís Cláudio).

Dia 13/12: Escaladas no Yosemite (Guilherme Piu-Piu).

Dia 20/12: Cordilheira Branca no Perú.

• Este mês tivemos duas mortes de escaladores. No Pão de Açúcar o escalador Daniel faleceu após cair aproximadamente da primeira parada dos Italianos. E no Rio Grande do Norte Reginaldo, membro e instrutor do Corpo de Bombeiros de Natal faleceu também durante rapel de uma via de 80 metros.

Minha sapatilha está suja . Possa lavá-las na máquina de lavar?

A Five Ten recomenda que as sapatilhas não sejam lavadas. No caso de mau cheiro, há muitas receitas caseiras para o odor, como congelar as sapatilhas, ou colocar fermento. Apesar disso, alguns escaladores não notaram problemas ao lavar suas sapatilhas em máquina. Se for necessário, limpe sua sapatilha na mão, apenas com água.

Quanto as sapatilhas podem ceder?

Normalmente, as sapatilhas cedem o equivalente a meio número americano. O alargamento maior se dará na largura da sapatilha, embora elas também cedam no comprimento. Sapatilhas de couro sintético ou com costuras em sua estrutura cedem menos.

Como amaciar a sapatilha mais rápido?

O melhor meio de amaciar a sapatilha é escalando. Se você sua sapatilha machuca muito, use-a em escaladas esportivas ou indoor, onde você pode tirar as sapatilhas entre as escaladas.

► Por Dentro da Montanha

• O endereço do fórum da FEMERJ (antiga Interclubes) na internet é:

www.egroups.com/list/interclubes

• Foi realizada na sede do Carioca a palestra “A Biomecânica da Escalada em Aderência” do Flávio “Doce” de Aguiar do Light. Parabéns ao Flávio pela palestra que gerou debates muito interessantes sobre as técnicas de escalada em aderências.

• O Guia de Escaladas de Itatiaia foi lançado com mais de 160 vias com informações desta incrível área de escalada. Pode ser comprado no Clube por 20 reais.

• Flávio Carneiro do Limite Vertical reportou um acontecimento quase inacreditável. Os organizadores da corrida de aventura Rio Eco 2000 passaram o dia 25/11 inteiro levando 1500m de corda para subida e descida do Pão de Açúcar na última etapa da prova.

► Histórias de Antigamente CEC viaja para a Bolívia

Oi, gente! Lembrem daquela historinha, mais trágica que cômica, sobre a excursão ao Peru e Bolívia? Se não me engano parei no pedaço em que íamos para Cuzco. Pois é, uma viagem de cerca de uma hora nos levou até às margens do Lago Titicaca, onde embarcamos um naviozinho muito bacana, com camarotes e comida bastante razoáveis. Depois do jantar, saímos para o convés, onde uma lua deslumbrante se refletia nas águas tranqüilas do lago. Devido à altitude, a lua parecia ser dez vezes maior do que aqui ao nível do mar. Para variar, uma sessão de cantoria, devidamente gravada por duas americanas que viajavam sòzinhas por aquelas paragens perigosas (doídas de pedra!). Uma boa noite de sono e ao dia seguinte chegamos à outra margem do lago, onde um trem nos esperava para nos levar a Cuzco.

Algumas horas de “senta na metade de cá, senta na metade de lá”, foram suficientes para nos deixar com o quinto-apêndice quadrado. Amanhecia quando chegamos a Cuzco e assim que nos preparamos para deixar o trem um reboliço nos chamou a atenção: um dos nossos participantes encontrou a maleta de mão aberta, e lá se foi o passaporte, o que o obrigou a passar algumas horas na polícia no outro dia, para dar parte do roubo e conseguir um documento que

permitisse que ele seguisse viagem. Como os ladrões de passaporte costumam substituir apenas o retrato, até hoje fico imaginando a cara do policial na fronteira ao abrir um passaporte e se deparar com a cara de um índio boliviano, daqueles bem moreninhos, chamado... Gilberto Neves Pimentel!

Mas o pior ainda estava por vir. Na estação perguntei a uma pessoa onde ficava o tal hotel para o qual havíamos feito reserva. O homem me olhou desconfiado e me mandou seguir em frente e dobrar a primeira rua à direita. Lá estava o hotel, mas quando chegamos parei desconfiada: na porta, duas “senhoras”, com roupas espalhafatasas, saias curtas, cigarros na mão e quilos de tinta na cara olharam sorridentes para nossos rapazes. Entramos e apresentamos a uma velha gorda e suja atrás do balcão da recepção a carta confirmando a reserva. Ela nos olhou meio espantada mas afinal nos encaminhou para nossos quartos no primeiro andar.

Já nos preparávamos para tomar banho quando dois dos nossos rapazes bateram na porta e apavorados nos informaram o que eu já estava desconfiada: que aquilo não era um hotel, era um BORDEL!

A pessoa que nos recomendara aquele hotel era um associado antigo do Clube, que se hospedara lá 4 ou 5 anos antes, quando o hotel havia sido inaugurado e ele me garantira que o hotel era simples mas familiar e bastante agradável. Por isso eu havia feito



NOVA LOJA
EQUINOX

Rua Buenos Aires 41 S. 903 - Telefone: 233-5375
AS MELHORES MARCAS DE IMPORTADOS MAIS A QUALIDADE EQUINOX
A ÚNICA COM GARANTIA TOTAL

a reserva, sem desconfiar que durante aqueles poucos anos o hotel havia decaído até aquele ponto.

Em uma reunião de emergência no nosso quarto ficou resolvido que, como já eram quase 8 horas da noite não podíamos sair por uma cidade desconhecida procurando outro hotel. De manhã cedo dois dos nossos rapazes saíram em busca de ares mais puros. Os rapazes queriam se revezar montando guarda na nossa porta, mas achamos que isso não seria preciso. Por precaução, colocamos algumas malas na porta do quarto.

Tomar banho foi outro drama. Chuveiros de água gelada, em um banheiro coletivo, enorme e cheio de buracos na parede, por onde provavelmente olhos indiscretos estariam nos observando obrigaram algumas de nós a ficar tampando os buracos com as mãos enquanto outras tomavam banho.

De manhã, enquanto arrumávamos nossas coisas, Marcos e Luizinho saíram e voltaram duas horas depois dizendo que haviam encontrado o hotel modesto mas limpo e familiar, para onde poderíamos nos mudar. E aí começou o drama: ao tentar encerrar nossa conta, a proprietária quis cobrar três diárias, alegando que havíamos feito reserva para três dias. Depois de muita discussão, ameacei: “Vamos resolver este caso na polícia. Devo avisá-la, porém, que aquela moça ali tem 16 anos. Tenho certeza que a polícia não vai gostar de saber que uma menor de

idade está dormindo neste seu bordel”. Apavorada a mulher chamou dois seguranças para nos ajudarem a sair de lá com nossas malas o mais rápido possível.

No novo hotel, o dono nos informou como poderíamos chegar a MachuPichu, dizendo ainda que se fossemos à Universidade de Cuzco e disséssemos que éramos estudantes brasileiros em excursão cultural o Reitor poderia dar-nos uma permissão com a qual faríamos o passeio praticamente de graça, mas, disse ele, o Sr. Reitor adora abraçar moças, especialmente quando são bonitas. A essa altura viramos todos estudantes de arquitetura e depois de alguns amassos nas moças, sob o olhar furibundo dos rapazes, o Reitor nos deu a tal permissão.

Uma curta viagem em um ônibus velho nos levou a uma aldeia, onde deveríamos pegar um trem. Como ainda tínhamos tempo resolvemos visitar a aldeia. Atravessamos uma pequena ponte de pedra, andamos cerca de 100 metros, e recuamos enojados: lixo, esgoto e um cheiro de podre terrível nos levou de volta à ponte, onde o Celso se debruçou e descomeu o café da manhã.

Na entrada das ruínas mais um incidente: duas lhamas pastavam tranquilamente à margem do caminho quando a Christa, achando que as duas eram uma gracinha, resolveu se aproximar para fazer uma festinha e levou uma bruta cusparada. Coisa que nós não sa-

bíamos: quando se sentem ameaçadas as lhamas cospem nas pessoas. Mas as ruínas compensaram todos os sacrifícios, são lindas! Na volta, já no trem, nossa cantoria chamou a atenção de dois homens que se apresentaram como donos de uma boate e nos convidaram para ir lá naquela noite, onde seríamos convidados de honra. E fomos.

Dois táxis nos deixaram na porta da boate. Apesar da escuridão reinante na porta, pudemos ver que a boate era feita de folhas de zinco e caixotes de madeira! Já estávamos pensando em voltar sem nem entrar quando a porta de abriu e um dos dois donos nos arrastou para dentro. Sabe aqueles cabarés do velho oeste americano, cheios de fumaça, vigaristas e homens bêbados? Pois é.

Discretamente, recomendei a todos que não bebessem nada de álcool e que desconfiassem das bebidas que fossem servidas. Mas tudo correu bem, afinal. Fomos muito bem tratados, cantamos, rimos muito e nos retiramos depois de algumas horas bastante divertidas.

Depois de passear pela cidade, fizemos as malas para enfrentar a viagem de volta, que também não foi fácil.

Mas por hoje chega, o final desta odisséia fica para a próxima vez.

Tchau!

Cionyra Ceres A. Hollup

► Cuidados com a sapatilha

Tradução livre do site da FiveTen

Como eu devo cuidar da minha sapatilha para que ela dure o máximo possível?

Em primeiro lugar, use o bom senso. Use sua sapatilha apenas para escalar, e não para caminhar. Ressole quando a borracha estiver fina. Preste atenção às margens da sola (especialmente no bico), e ressole assim que você notar que as margens estão desgastadas. Não deixe a sapatilha exposta ao sol ou em lugares quentes (como guardada no carro por muito tempo).

Quando eu devo ressolar a minha sapatilha?

Assim que a borracha da sola começar a desgastar, ficando fina. Se você ressolar as sapatilhas antes que o bico esteja desgastado, o serviço de ressola sairá mais barato, além de haver maiores chances da sua sapatilha ficar “como nova”. Caso você pratique escalada indoor com frequência, preste atenção especial para o bico da sapatilha, que desgasta mais rápido. Não espere até que a sola fure ou que a margem da borracha se descole, pois a estrutura da sapatilha poderá ser danificada, tornando o serviço de ressola mais difícil e caro.