



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

Ipanema: 21 slj.  
Teixeira de Melo  
Centro: Rio Branco 50 slj.  
Barra: Novo Leblon Shop. Millenium  
Televidas: (21) 438-8358

**lafuma**

### ► Alta Sociedade

- Desta vez o feitiço virou contra o feiticeiro: o editor fez um copy-paste no e o resultado foi uma notícia incrível (para um informativo mensal): “Morreu ontem fulano de tal...”
- Hernando estava tentando chegar na base do Paredão XV de Novembro da Agulhinha, quando finalmente reconheceu: “A TRILHA está perdida.”
- Ainda no CBM, Clarissa parecia um pouco confusa: “A gente tá aqui ou lá em baixo?”

• Patrícia estava dando segurança para o TioZé guiar e após a enésima travada de corda ele reclama: “-P...! Você está me travando!!” ao que ela responde: “-Mas é porque você NÃO pode puxar a corda. Se você puxar você me atrapalha.” (estaremos de folga no mês que vêm fazendo um curso de como guiar sem puxar a corda...)

• A festinha de despedida do Omar na casa da Carla e do Adrian terminou com um corpo estendido no sofá no dia seguinte: era o Big Dr. Maicon que ficou esquecido no banheiro quando todo mundo foi embora...É mole?

• A Carla também passou mal em outra despedida do Omar...A tequila, o chopp e o sakê estavam bem organizados no estomago dela, mas quando o elevador deu aquela “freiadinha” misturou tudo!! A culpa agora é do elevador...

#### 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](http://www.carioca.org.br)

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

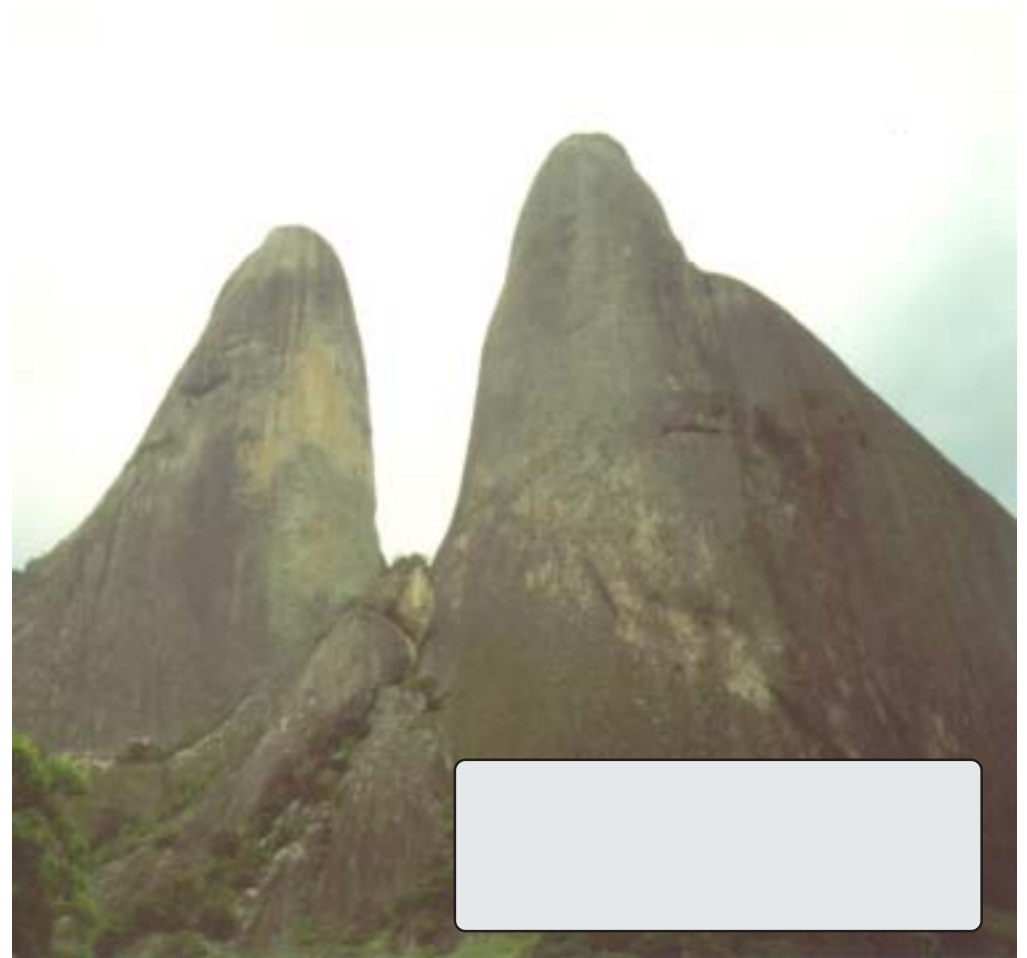
## ■ Permanecendo Vivo: evite acidentes nas descidas

Informativo do Clube Excursionista Carioca

# C.E.C. É notícia

Ano 55 - Nº 5 - Junho / 2001

Conquista:  
Três Pontões de  
Água Branca



## ► Por Dentro do CEC

• O número de mensalidades pagas pode ser visto entre parênteses na etiqueta do informativo. Se for negativo indica o número de meses em atraso.

• O CEC agradece a todos que ajudaram no CBM, dando aulas, guiando os alunos e organizando as atividades. Agradecimentos especialmente para a Cris Jorge, que coordenou o curso, resolvendo todos os problemas que apareceram. Valeu!

• Foi aprovada na última reunião uma parceria entre o CEC e a escola de escalada Limite Vertical. Com isso o CEC indica o curso desta escola para os interessados que não podem ser atendidos pelo nosso CBM anual e o Limite Vertical sugere o Clube para que os seus alunos continuem escalando após o curso.

• Teresa e Kate estão recebendo doações de fotos que possam fazer parte do acervo do CEC. Colabore ajudando a manter a memória do Clube!

• Está sendo organizado o churrasco do CBM/2001 no condomínio Barramares no dia 9/6 (sábado) a partir de 12h.

• Reunião de Diretoria: 21/6

## ► Editorial

Em junho encerramos o CBM/2001. É mais um grupo que chega ao Clube Excursionista Carioca. Esse grupo irá aos poucos gostar da “ralação”, passando os finais de semana acordando de madrugada, encontrar com a galera e ir para mais uma excursão. Passar o dia todo caminhando e/ou escalando, com pouca água e pouca comida, aquele sol, aquela chuva e aquele vento e, ao final do dia, quando a excursão estiver terminada, e estiverem completamente esgotados, um vai falar para o outro: “foi muito bom, precisamos fazer isso mais vezes”.

O CEC agradece a todos que, entendendo o espírito da coisa, ajudaram na realização de mais esse CBM e deseja a esse novo grupo as boas vindas e que, dentro do possível, ajudem a fazer o montanhismo cada vez mais bonito, seguro, organizado, limpo, tornando-o cada vez melhor para nós e, principalmente, para as montanhas.

Bernardo Collares

## C.E.C. É notícia

Uma publicação do Clube Excursionista Carioca

Editor: Guilherme Dias

Colaboradores:

Miguel Freitas

Capa:

(Dois dos) Três Pontões de Águia Branca

foto por: Kate Benedict

## Programação de junho / 2001

Dia	Evento	Tipo	Grau	Local	Organização
2/3	Acampamento	CBM		PNSO	Teresa
9 Sab	Agulhinha da Gavea	CBM	div	PNT	Alfredo
10 Dom	Luis Arnaud	escalada	3° IV+	Babilonia	Miguel
14 Qui	Cor de burro qd foge	escalada	2° III	Urca	Alfredo
16 Sab	Cabritos	escalada	2°	Babilonia	Alfredo
17 Dom	Paixão de Cris	escalada	3°	Cantagalo	Teresa
22 Sex	Wilma Arnaud	escalada	4° V	Babilonia	Bula
23 Sab	Platô da Ibis	escalada	4° IV+	Pão de Açúcar	Adrian
29 Sex	Ricardo Prado	escalada	3° VI	Babilonia	Bula
29 Sex	Preto	escalada	2° III+	Urca	Alfredo

## ► Ranking 2001

### GUIAS

	Pts	Exc
1°Sérgio Bula	96	26
2°Alfredo Neto	69	19
3°Adrian	40	13
4°Bernardo	28	07
5°Rinelli	27	04
6° Ivan	25	07
7°Miguel Freitas	25	05
8°Teresa	23	06
9°Miguel Rego	16	04
10°Cris Jorge	15	05

### PARTICIPANTES

	Pts	Exc
1°Mari(Ana)	50	18
2°Cris(Ana)	50	14
3°Pedro “Pow”Aragão	49	20
4°Carla	39	13
5°Zé Antônio	36	10
6°Cissa	32	12
7°Hernando	31	09
8°Cris Jorge	29	08
9°Marcelo Roberto	28	08
10°Jerônimo	27	08


durante o rapel.

- Considere levar uma segunda corda (7-9mm), mesmo para descidas de uma única corda ou caminhadinhas. Você poupará tempo, dependerá de menos ancoragens, deixará menos material na via, e mais facilmente reverterá a via de escalada numa emergência. Esta é uma das vantagens em se guiar em corda dupla. Mas não se esqueça que cordas mais finas são mais vulneráveis a bordas afiadas.
- O atrito de cordas molhadas e/ou torcidas, fitas, bordas, fendas e lacas podem prender a sua corda. Planeje com antecedência quando você montar a ancoragem e esteja disposto a deixar material para trás para evitar o atrito. Você pode recuperar o material amanhã.
- Rapelar usando árvores? Considere rapéis curtos de árvore em árvore. É lento mas evita que a corda se prenda.
- Sua corda prendeu? Você pode subir e re-montar se você ainda tiver ambos os lados, portanto mantenha-os consigo até você ter certeza que ela vai sair. Se você tiver que subir por esta corda, tenha cuidado para que ela não esteja presa numa borda afiada.
- Cordas e material que caem po-

dem ser mais do que apenas um embaraço; sem um resgate, um escalador encailhado é um escalador morto, mesmo em tempo bom. Quando for transferir material, clipe-o à uma ancoragem próxima antes de desclipá-lo da ancoragem atual.

Algumas observações do tradutor:

- Bons guias de escalada como o de Salinas trazem informações sobre se a descida é possível de qualquer ponto da via, se é necessário abandonar material e se pode ser feito com apenas uma corda.
- Mesmo na falta destas informações procure sempre planejar uma descida de emergência, verifique: a linha geral da via (grandes horizontais podem ser desfeitas com chuva?), o tipo de proteção (chapeletas vão exigir abandono de material) e a distância entre elas.
- Nós na ponta da corda podem evitar acidentes. Tenha um procedimento para não esquecer de tirá-los antes de puxar a corda.
- Sempre que possível dê segurança de baixo para quem estiver rapelando.
- Faça backups periódicos prendendo a corda sempre que for “prussikar” grandes trechos.



**NOVA LOJA**  
**EQUINOX**

**Rua Buenos Aires 41 / 2º andar - Telefone: 223-1573**  
AS MELHORES MARCAS DE IMPORTADOS MAIS A QUALIDADE EQUINOX  
A ÚNICA COM GARANTIA TOTAL

## ► **Tunel do Tempo** **Pontão Maior de Águia Branca**

Quando no carnaval estive com o André Ilha conquistando e escalando pelo Espírito Santo, ele mostrou um local que, juntamente com a Kate, eles descobriram ano passado. O local se chama Águia Branca, pequena cidade no Espírito Santo. Há tantas montanhas naquela região que seria possível passar algumas vidas só conquistando. Num imenso corredor de montanhas, há os Três Pontões de Águia Branca. Ele e a Kate já haviam subido parte do pico maior, mas que por motivos diversos tiveram que descer.

Chegando perto da semana santa o André me chamou para conquistar o impressionante pontão maior, que deve ter uns 800m metros de rocha, e, por incrível que pareça, ainda não havia sido subido por um ser humano.

Chegamos no final da tarde de quinta feira e fomos direto conversar com o Sr. Francisco Dicha, proprietário das terras onde se localizam os três picos. Devidamente autorizados, no dia seguinte partimos bem cedo e as 06:00 horas estávamos iniciando a pequena caminhada de aproximação. Nossa mochilas estavam absurdamente pesadas. Imaginávamos que iríamos ficar na pedra três dias e duas noites. Só de água cada um levada uns 08 litros, mais

comida, roupa, muito material móvel, duas cordas, grampos, duas marretas, etc....etc...etc....

A parte inicial é um imenso costão. Após uns 300 metros subindo o costão já ganha um grau (1º ou 2º), calçamos as botas de escaladas e continuamos. Uns 100 metros acima surge a primeira chaminé. Entrei guiando. Guiar era fácil, o difícil era rebocar as pessadíssimas mochilas. Após 50m de chaminé resolvemos diminuir o peso, pois estava impraticável. Deixamos dois litros de água cada, uma marreta e o camalot 5.

Fomos revezando. A grande dificuldade continuava sendo o reboque das mochilas. Chegamos no local de onde eles haviam voltado. Recolhemos o livro de cume e os grampos que foram deixados naquela investida. Logo após surgiu uma desconfortável e imunda fenda. Até então era o crux. Paramos numa árvore e o André guiou até a base da próxima chaminé. Outro grande problema era a quantidade de pedra caindo, o que tornava cada esticão muito arriscado, pois, caso houvesse algum acidente mais grave, a coisa ficaria complicada. Fizemos mais uma chaminé, passamos por um buraco e chegamos o local escolhido para bivacar. Preparamos uma mochila para continuarmos. Mas estávamos exaustos.

Nessa parte apareceu um imenso corredor (canaleta) vertical em curva.

O André foi guiando por uma chaminé até a base do corredor. Olhamos e chegamos a conclusão que não haveria grandes problemas..... grande..... mas grande engano nosso. Apesar da pouca inclinação o chão era COMPLETAMENTE solto, parecia saibro com pedra soltas. Ele continuou e logo percebeu nosso erro de avaliação. Visto a total impossibilidade de proteção móvel, ele fixou o primeiro grampo da via. Cansado pediu que eu continuasse. Subi com enorme dificuldade com o chão se desfazendo nos meus pés. Após tantos metros fixei mais um grampo. O Chão continuava desmoronando aos meus pés. O André era obrigado ficar em cima da árvore para não ser atingido pela imensa quantidade de pedra que rolavam..... Olhei e “vi” um platô..... não era e não tinha como parar para colocar grampo. Quando olho para cima vejo um tunel vertical. Consegui entrar nele com imensa dificuldade, pois o chão de desfazia e a última proteção já estava..... não gosto nem de lembrar. Quando consegui entrar no túnel as coisas melhoraram, pois tive como encostar as costas e assim arrumei mais um apoio. O túnel tem em torno de 15 metros e após sair dele subi mais uns 10 metros e cheguei numa árvore salvadora. O André subiu e para nossa surpresa faltava apenas um esticão até o cume. Chegamos no cume e soltamos os tradicionais rojões. Gos-

tei muito do estilo da conquista. Em muito momentos a via Silvio Mendes de Salinas vinha na minha cabeça.

Para rapelar até o local de bivaque foi necessário fixar mais um grampo.

Já era final do dia e tentamos dormir no “platô”. Era muito desconfortável e após longas 12 horas de cochiladas, o dia amanheceu e rapelamos até o chão. Fomos muito bem recebidos pelo moradores locais, que haviam matado um bezerro para fazer um churrasco em nossa homenagem. Galera muito simpática.

Valeu “meu jovem”.

A via tem dois grampos. Quando houver repetição estão autorizados a colocar mais dois grampos após estes já fixados.

Bernardo Collares

Nome: Túnel do Tempo  
Material - Friends e nuts grandes

Tamanho: Sem contar o costão inicial e os trepa-mato: 380m  
Data: 13 e 14 de abril de 2001  
Conquistadores:  
André Ilha  
Kate Benedict  
Bernardo Collares

## ► Por Dentro da Montanha

- O endereço do fórum da FEMERJ na internet é:  
<http://groups.yahoo.com/group/FEMERJ>
- Bernardo Collares e Marcelo Roberto foram no K2 (Corcovado) no dia 23/05 recolocar os grampos que haviam sido retirados da fenda inicial sem autorização. Se os autores deste vandalismo quiserem discutir grampeação das vias devem ir nas reuniões da FEMERJ e não ficar fazendo atos como este às escondidas. Quem sai perdendo deste tira e põe é a sempre a pedra.
- Recentes casos de furto de material de montanhistas no PNSO preocupam e nos fazem refletir sobre quem são as pessoas que estão indo para as nossas montanhas. Esperamos que estes indidentes continuem sendo apenas casos isolados pois seria absurdo imaginar a violência da cidade em um ambiente tão tranquilo como o PNSO. Lembramos também que nenhum montanhista consciente deve comprar material usado sem saber a sua procedência.
- André Ilha, Kate e Diniz conquistaram no dia 16/05 o pico médio de Aguiá Branca. A via tem 400m de costão e mato com direito à um grande visual do cume.
- Reuniões da FEMERJ (horário 19:00h) :  
26/06 - CEL, 31/07 - CEC, 28/08 - CEB,  
25/09 - CERJ, 30/10 - Limite Vertical, 27/11 - CEL, 18/12 - CEC

## ► Permanecendo Vivo

Esta coluna é uma livre adaptação dos dados apresentados no texto “Staying Alive” de autoria de John Dill (National Park Service - Yosemite). Acreditamos que a melhor forma de evitar acidentes é conhecendo suas causas mais frequentes e os erros cometidos por outros escaladores. Os fatores que levaram o Parque Yosemite a ter mais de cem acidentes todos os anos foram reunidos ao longo de 21 anos de trabalho do NPS e serão apresentados aqui, sempre que adequados a realidade do esporte no Brasil.

### Descidas

- Consulte algum livro guia e seus amigos, mas suspeite de avisos que o caminho para baixo é óbvio; inspecione a rota antes. Sua principal segurança é sua habilidade em achar a via, e isso requer experiência.
- Frequentemente pegadas e ancoragens de rapel levam a lugar nenhum — eles foram o erro de algum outro. Esteja determinado e capaz de voltar por seus passos e lembre-se que o crux pode não ser no topo.
- Para avaliar melhor uma descida incerta, considere fazer um rapel em corda única o mais longe que puder (50, 60 ou 70 metros, dependendo da corda, ou o dobro se houverem duas cordas disponíveis). Aprenda a ficar confortável na corda e esteja determinado a pendular sobre uma esquina para procurar pela próxima ancoragem. Carregue equipamento suficiente para subir de volta por sua corda — e saiba como usá-lo. N.T.: Desde o ano passado o departamento técnico do CEC recomenda a utilização de nó de prussik ou similar para permitir paradas e aumentar a segurança