



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

lafuma

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

► Alta Sociedade

- E o Rômulo, saindo do clube tarde da noite avisa: Ai, hoje eu não sou Rômulo não! Hoje eu sou.... (o que será, hein?)
- Um escalador exagerou na escalada: - Ontem eu usei um “Gilmar” até a exaustão!
- Num momento de muito frio no cume do Sino, Cláudio confessou: -Mister M., você é magrinho mas até que esquentou!
- Ivan inventou uma campanha “leve sua mamãe para escalar o K2”

É gente... tá faltando alta sociedade. Melhor, tá faltando a galera anotar e mandar alta sociedade, porque abobrinha com certeza tem, o difícil é lembrar... Então, para todos que se divertem lendo esta coluna, tragam textos para o clube!

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

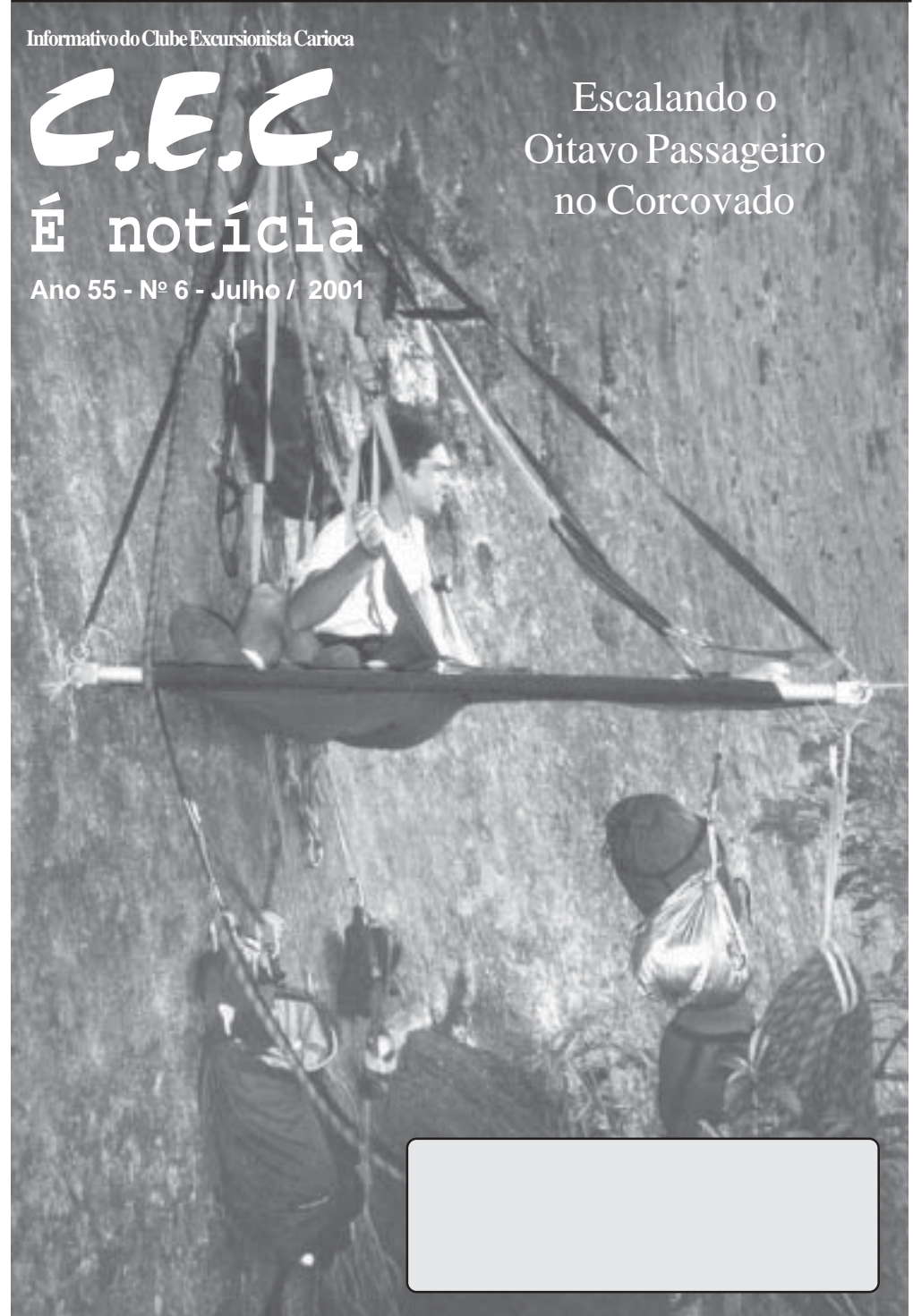
■ Permanecendo Vivo: cuidados com pedras soltas

Informativo do Clube Excursionista Carioca

C.E.C. É notícia

Ano 55 - Nº 6 - Julho / 2001

Escalando o Oitavo Passageiro no Corcovado



► 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.

• Estamos repetindo as regras sobre o aluguel e empréstimo de material. A pedidos, o prazo para alunos do CBM usarem material básico do clube aumentou para 2 meses. Temos 3 categorias:

1) Materiais somente para curso básico: Baudrier, sapatilha, atc, oito, mosquetões... Podem ser emprestados em excursões oficiais para ex-alunos até 2 meses após o término do CBM.

2) Materiais somente para empréstimo em excursões oficiais: Friends, nuts, cordas, pitons, estribos...

3) Materiais alugáveis: Sacos de dormir, capacetes, isolantes, fogareiros, mochilas... Paga-se meia mensalidade por peça por semana fora de excursões oficiais. Em excursões oficiais não há taxas se devolvidos na semana seguinte.

• Reunião de Departamento Técnico: 10/07 Compareça! Nesta reunião será discutido o CBM recém-concluído e o Curso de Guias que está iniciando.

• Reunião de Diretoria: 19/07

► Por Dentro da Montanha

• O endereço do fórum da FEMERJ na internet é:

<http://groups.yahoo.com/group/FEMERJ>

• O grupo brasileiro de escaladores formado por Sérgio Tartari, Waldemar Niclevicz, Marcelo Santos, Iriwan Burda, José Luís Hartmann e Alexandre Portela já estão na Trango Tower (6.251m), no Paquistão. Eles estão iniciando o desafio de escalar a maior parede vertical do mundo. Após montar o acampamento 2, a 5 mil metros de altitude, o tempo continuava ruim, impedindo grandes investidas.

• Reuniões da FEMERJ (horário 19:00h) : 31/07 - CEC, 28/08 - CEB, 25/09 - CERJ, 30/10 - Limite Vertical, 27/11 - CEL, 18/12 - CEC

C.E.C. É notícia

Uma publicação do Clube Excursionista Carioca

Editor: Guilherme Dias

Colaboradores:

Miguel Freitas

Capa:

Gustavo Sampaio

via 8° Passageiro - Corcovado

Programação de julho / 2001

Dia	Evento	Tipo	Grau	Local	Organização
1 Dom	Face Norte	Escalada	5° VII	Pedra Grande de Jacarepaguá	Ivan
4 Qua	Cota 200	Escalada	2° III	Morro da Urca	Alfredo Neto
7 Sab	Pedra Selada	Cam/Esc	3°	Mauá	Teresa
9 Seg	Cinza	Escalada	2° II+	Morro da Urca	Alfredo Neto
11 Qua	Três Patetas	Escalada	2° III	Morro da Urca	Alfredo Neto
12 Qui	Capucho do Frade	Caminhada	semi-pes.	PNSO	Alfredo Neto
14 Sab	Cocanha e Archer	Caminhada	leve	PNT	Alfredo Neto
14 Sab	Intocáveis	Escalada	6° VI+	Pico Maior	Bernardo
15 Dom	M2	Escalada	3° V	Babilônia	Renata
15 Dom	Luiz Arnaud	Escalada	3° IV	Babilônia	Cris Jorge
15 Dom	Soleil	Escalada	3° IV	Babilônia	Teresa
21 Sab	Paulo de Farias	Escalada	3° IV	Prainha	Teresa
21 Sab	Bem-Me-Quer	Escalada	4° V	Prainha	Cris Jorge
22 Dom	Lilith	Escalada	2° III+	M. dos Cabritos	Alfredo Neto
27 Sex	Roda Viva	Escalada	4° VI	Babilônia	Alfredo Neto
28 Sab	Costão	Escalada	Leve 1°	Pão de Açúcar	Alfredo Neto
31 Ter	Gemini Prata	Escalada	2° III	Morro da Urca	Afredo Neto

► Ranking 2001

GUIAS

	Pts	Exc
1° Alfredo Neto	99	26
2° Sérgio Bula	96	26
3° Adrian	51	16
4° Miguel Freitas	34	07
5° Teresa	33	08
6° Bernardo	28	07
7° Rinelli	27	04
8° Ivan	25	07
9° Jerônimo	24	07
10° Miguel Rego	16	04

PARTICIPANTES

	Pts	Exc
1° Mari(Ana)	56	20
2° Cris(Ana)	54	16
3° Pedro "Pow" Aragão	49	20
4° Cris Jorge	47	15
5° Carla	42	14
6° Marcelo Roberto	41	13
7° Zé Antônio	40	13
8° Hernando	40	12
9° Cissa	38	14
10° Miguel Freitas	34	09


exercidas sobre as ancoragens e as proteções podem ser bem maiores que as que você geraria num teste. Agarras de mão podem passar por sua inspeção mas falhar no meio de um movimento. A rocha que você puxou pode quebrar a sua perna após cair apenas alguns centímetros. Finalmente, tome cuidado com pedras podres, responsáveis por pelo menos duas destas fatalidades.

Alguns acidentes de queda de pedras não podem ser evitados (a menos que se fique em casa) mas estando alerta para o perigo e seguir algumas dicas diminui a taxa de machucados:

- Considere o uso de um capacete, além das pedras existem casos de mosquetões e até mesmo material móvel caindo durante uma escalada.
- Acrescente uma peça ocasionalmente em esticões longos e fáceis, como garantia contra a imprevisibilidade do meio.
- Evite pedras podres como proteção, mesmo que você possa fazer um backup. Quando ela falha, ela põe todos em perigo.
- As cordas lançam quase tantos mísseis quantos os escaladores. Olhe por onde passa sua corda quando estiver gui-

ando. Use proteções direcionais para mantê-la longe de coisas soltas e afiadas, e cheque frequentemente. Tenha em mente que sua sacola ou mochila, quando içada, pode desalojar tudo em seu caminho. Quando puxar suas cordas de rapel, coloque-se de um lado, olhe para cima e cuidado com pedras caindo atrasadas.

- Você não tem controle sobre o grupo acima de você e por estar abaixo você aceita o risco. Se você estiver se aproximando deles, não amontoe — peça permissão para passar. Você pode provavelmente ir em frente em segurança, mas lembre-se que escaladores foram mortos ou machucados por pedras desalojadas por grupos acima, incluindo os que eles mesmos deixaram passar. A dupla que você deseja passar pode ter começado cedo para evitar este risco, e eles não tem a obrigação de deixá-lo passar. Quando estiver acima de alguém, incluindo seu parceiro, coloque-se nos sapatos deles. Vá devagar, cuide de seus pés e da corda.
- Deixou cair uma pedra? Grite para avisar. Se ouvir o grito vindo de cima resista a tentação de olhar, procure apenas se proteger (principalmente se estiver sem capacete).



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

► Oitavo Passageiro Bernardo Collares

Há mais ou menos um mês, estive com o Gustavo na face sul do Corcovado e fizemos as duas primeiras enfiadas do Oitavo Passageiro. Naquela ocasião ele propôs fazermos a via em breve. Respondi que com ele eu topava.

Resolvemos entrar na via sábado (09/06) a tarde para terminar na segunda-feira. A idéia era fazer o máximo possível em livre. Tínhamos infos de que boa parte seria possível. No dia marcado fomos até a base com a valiosa ajuda das “sherpas” Helena Artmann e da Aline (esposa do Gustavo).

Ele entrou guiando a primeira enfiada, eram quase 16:00 horas. Guiei a segunda e rebocamos o hall bag até um excelente platô. Ele guiou a terceira enfiada e voltou para dormimos mais abaixo. Nossa idéia era para não só o guia escalar, mas a fim de agilizar mudamos de plano o segundo jumareou. Bela e tranquila noite. Dia seguinte, ele começou guiando e fez a quarta enfiada. Cada esticão era um empreendimento. Reboque de haul bag, porta ledge... o material tem que estar sempre muito bem organizado...

A via é muito mais difícil do que foi dito. A terceira enfiada guiada pelo Gustavo era muito difícil e por sorte ele estava ali para guiar. A enfiada seguinte eu entrei guiando. Lances bonitos, mas num difícil e longo lance tomei uma queda de uns 10 metros e torci o pé. Já era final da enfiada. Voltei para ele tentar o lance. Com dificuldade ele guiou o esticão seguinte. Felizmente tínhamos uma vareta com a qual clipávamos os grampos em lances “impossíveis”. Sem essa vareta teríamos que voltar. Na última enfiada do dia, entrei num belo diedro. Inicialmente artificializei em móvel, mas logo foi possível sair em livre. Cheguei num platô onde a fenda apresentava um belo buraco. Estava me posicionando com a mão dentro do buraco para colocar o camalot 4.5, quando senti minha mão queimando..... olhei e havia uma caixa de marimbondos... muitas mas muitas ferroadas... sinistro. Para minha sorte, a esquerda, vi uma chapeleta. Com a mão um pouco dolorida continuei. Consegui guiar somente mais três grampos, depois ficou “impossível”. Lances em 90° completamente lisos. O Gustavo gritava dizendo que teria que haver buracos para cliffs, mas eu não consegui ver. Finalizei o esticão pescando os últimos 08 grampos do esticão.... santa

varinha. Logo após havia um lance mais “fácil” em aderência, mas bem grande. Optamos por continuar no dia seguinte. Passamos mais uma noite muito agradável.

Acordávamos por volta das 06:00 horas e la pelas 08:00 começávamos a escalar.

No dia seguinte com meu pé doendo muito não pude escalar. Jumarei o restante da via. Quem gostou foi o Gustavo, pois essa parte final é a mais legal e factível. Lindas e difíceis fendas seguidas de lances bem em pé mas com agarras.

A via é muito forte. Se dependesse de só mim para guiar não teríamos feito cume. Já combinados de rapelar as três últimas enfiadas para que eu possa fazê-las.

Esse é um estilo de escalada que exige muito do escalador em todos os sentidos. Além do grau da via, tem que ser super organizado, paciente e cada esticção leva horas. Gostei muito da nova experiência. Valeu Gustavo.

Quando chegamos no cume ficamos assustados com a notícia de que uma pessoa havia se jogado do cume pela face sul naquela manhã. Infelizmente uma notícia tão ruim após uma escalada bem sucedida. Qual é o melhor tipo de sapatilhas para escaladores iniciantes?

► Como escolher sua sapatilha fonte: site da FiveTen

Qual é o melhor tipo de sapatilhas para escaladores iniciantes?

Escaladores novatos normalmente precisam de sapatilhas confortáveis e que ofereçam uma maior sustentação no pé, pois eles ainda têm os pés fracos. Bicos mais arredondados e solas mais grossas são o ideal.

É melhor usar sapatilhas largas ou apertadas?

Essa questão não é fácil e não existe uma regra ao escolher uma sapatilha. Alguns dos melhores escaladores gostam de usar sapatilhas tão confortáveis quanto pantufas, enquanto alguns novatos preferem sofrer com uma sapatilha o mais apertada possível. Porém, um teste pode ajudá-lo a escolher a sapatilha que se adapta melhor ao seu perfil.

Que tipo de escalador você é:

- Iniciante (1° grau — 5° grau)
- Intermediário (4° grau — 6° grau)
- Avançado (6° grau — 8° grau)
- “Ninja” (8° grau — 10° grau)

Onde você escala:

- Outdoor (montanhas, falésias etc)
- 70% Outdoor
- 40% Outdoor / 60% Indoor
- Só Indoor

Que tipo de vias costuma fazer:

- Fendas/Paredes
- Fendas/Paredes/Qualquer coisa
- Vias Esportivas/Falésias
- Muro artificial

Em que situações você estará usando as sapatilhas:

- Em vias que tomam o dia inteiro.
- Escalando vias de vários esticções
- Em vias curtas (1 ou 2 esticções).
- Por pouco tempo, apenas quando estiver escalando vias esportivas.

Agora, conte quantos A's, B's, C's e D's você marcou:

2 ou mais A's: Você gosta de conforto e aproveitará mais a escalada usando uma sapatilha não muito apertada. Nós (Five Ten) sugerimos que use uma sapatilha meio número americano abaixo do seu número usual, embora uma sapatilha do seu número possa servir caso não fique folgada demais.

2 ou mais B's: Você escala o suficiente para entender que uma sapatilha justa pode oferecer uma performance mais precisa, mas ainda assim favorece o conforto sobre a dor.. Nós (Five Ten) sugerimos que use uma sapatilha meio número americano abaixo do seu número usual (você irá achar uma sapatilha com o seu número muito larga).

2 ou mais C's: Você está em seu limite, e está pronto para superá-los. Experimente sapatilhas mais apertadas com bico pontido. Use as sapatilhas um número menor.

2 ou mais D's: Você pode ser um iniciante que gosta de escalada indoor (e neste caso deve olhar nossas recomendações para o caso de 2 ou mais B's), ou então está escalando muito, mas muito mesmo. Neste caso, como você já deve saber como prefere suas sapatilhas, para que está lendo isto? :)

► 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.

Pedras Soltas

Existem em profusão em Yosemite. Dez por cento de todos os machucados são associados com queda de pedras, incluindo seis mortes e uma invalidez permanente. Em diversas outras mortes, houve suspeita não confirmada de pedras soltas, e.g., agarras quebradas e colocações que falharam. Queda de pedras espontânea não é o problema — todos os acidentes sérios e fatais foram gatilhados pela vítima, pela corda ou por escaladores acima.

Pedras em bordas e em corredeiras inclinadas são obviamente perigosas. Não tão óbvio é aquele velho e confiável bloco de cinco vezes o seu peso, preso por entalamento, e suavemente gasto por escaladores anteriores. Contudo, com o uso regular, blocos a prova de bomba, lacas e mesmo bordas colapsam sob o peso do corpo, cospem fora móveis, ou se fraturam sob a pressão de um pitom. As forças