

Mountain

Voices


Informe Brasileiro de Montanhismo e Escalada | Ano XX | #121 | set/out 2011

Montanhismo
Ilha Grande RJ

Esportiva
Itamonte MG
Terceira Léguas RS

APROVADA POR
EDEMILSON
PADILHA

MODELO
TRILOGIA
X-TREME

 **SNAKE**
reach the top

1000KM DE
USO INTENSO

BOTA PARA ATIVIDADE MOUNTAIN

100% IMPERMEÁVEL

COURO SOFT³ QUE FACILITA A MOBILIDADE E FLEXÃO

SOLADO TRI COMPONENTE HIGH GEL MAIS ADERENTE E CONFORTÁVEL

SISTEMA DE GERENCIAMENTO DE TEMPERATURA QUE OFERECE MAIOR COMODIDADE

Inverno 2011 | ThermoFleece

Temperatura na medida certa

Canguru ThermoFleece 200
Capuz revestido com ThermoSkin Silver freshness
Com tratamento bacteriostático à base de íons de prata

Casaco ThermoFleece 200
Com tecido MultiDri na região dos cotovelos

Blusa Zip ThermoFleece 100
Bolso com zíper na lateral

Colete ThermoFleece 100
Bolsos com zíper Ripstop nos ombros
Tecido Stretch nas laterais

Felipe Camargo
Escalador
Atleta CURTLO

CURTLO
Aonde você for!

www.curtlo.com.br

Internacional

ALESSANDRA ARRIADA | RS

O Paquistão é conhecido por suas belas e imponentes montanhas e mesmo mergulhado em constantes crises políticas atrai milhares de montanhistas fanáticos por seus cumes de mais de 8.000 metros. Karakoram, ou Pedras Negras, é uma região que se estende na fronteira entre o Paquistão, China e Índia e compreende exatamente os picos de maior atenção dos alpinistas. É uma das grandes cordilheiras da Ásia, por vezes considerada parte do Himalaia, embora tecnicamente não o integre. Karakoram significa "cascalho negro" em turcomano, devido ao fato de que diversas de suas geleiras estão recobertas por aquele material. A cordilheira inclui mais de 60 picos acima dos 7.000 m, incluindo o K2, a segunda montanha mais alta do planeta, com 8.611 m e ainda Gasherbrum I (8.068 m), Broad Peak (8.047 m), Gasherbrum II (8.035 m) entre outros.

Todos os anos há muitas expedições de diversos países principalmente no período entre junho e agosto, que seria a alta temporada por lá. Os brasileiros Waldemar Niclevicz, Irivan Burda, Maximo Kausch e a brasileira Cleo Weidlich são alguns dos que recentemente enfrentaram toda a burocracia paquistanesa além das dificuldades de escalada e fizeram histórias e cumes em expedições argentinas (Waldemar e Irivan), mistas (Maximo Kausch) ou até mesmo em solitário (Cleo Weidlich no Nanga Parbat).

Este ano, a Equipe Feminina de Alpinismo da Federação de Esportes de Montanha da Espanha, com as escaladoras Miriam Marco, Maria Assunción Quesada, Maialen Ojer e Maider Arce irão tentar uma agulha virgem, de mais de 6000m, sem acesso conhecido, onde pretendem também participar do conhecido projeto social chamado Projeto Hushé, da ONG Sarabastal, na aldeia Hushé, de educação, agricultura, sanidade e principalmente assistência às mulheres.

Mas nem sempre a região era território tão conhecido e explorado. Cem anos atrás, uma fantástica mulher, chamada Fanny Bullock Workman, americana de Massachusetts, desafiava as mulheres e homens de seu tempo com sua curiosidade e seu entusiasmo. Em 1899, ela e seu marido, William Hunter Workman, também seu companheiro de pedaladas, organizaram diversas expedições exploratórias pela região, sendo a primeira mulher a liderar uma expedição em 1912 e aos 45 anos. Em seu livro "Two Summers in the Ice Wilds of the East Karakoram" ela explica que fez isso não somente por ela mesma, mas principalmente para deixar registrado que ela, sozinha, uma mulher, havia liderado uma expedição.

Das sete expedições organizadas por ela, alcançou o cume em sua maioria e era conhecida por usar uma flor silvestre magenta presa no cabelo, combinando doçura e coragem, além de gentileza e conhecimento técnico.

A partir daí, maravilhosas mulheres se sentiram encorajadas a seguir os passos de Fanny. Hettie Dhyrenfurth e seu marido, ambos da Suécia, em 1934 alcançaram o cume de Queen Mary (6.000m), mas somente 40 anos depois desse feito é que novamente iríamos presenciar montanhistas escalando na região. Em parte pela guerra, em parte pela situação política do local, mas principalmente pelo fato de que a comunidade de montanha era predominantemente de homens, que se negavam a conceder a permissão para escalar às mulheres. Eles chegaram a dizer que seria uma publicidade ruim para a expedição ter mulheres na equipe e ainda se algo desse errado seria provavelmente atribuído às escaladoras. Apesar disso, ou por isso, as mulheres resolveram então escalar de qualquer jeito. E começaram, a partir de 1975, a formar equipes exclusivamente femininas. Por elas e para elas. Polonesas, britânicas, americanas lideravam

equipes e alcançavam os picos de 8000m sem nem mesmo homens para fixar as cordas ou levar equipamentos, servindo de inspiração e motivação para as jovens da época. Wanda Rutkiewicz, da Polônia, uma das maiores influências em alta montanha, teve seu visto negado para uma expedição ao Lhotse, decidindo então liderar um grupo no ano seguinte de 10 mulheres e 7 homens ao Gasherbrum II e III abrindo caminho para que muitas outras fizessem o mesmo. Também foi a primeira a escalar o K2 sem oxigênio, em 1985, repetindo o feito meses depois em uma expedição essencialmente feminina.

E durante esses anos pôde-se ver mulheres apaixonadas pelas montanhas, curiosas pelo desconhecido e ignorando ou mitigando suas limitações, moverem-se através daqueles montes em busca de feitos memoráveis e cumes até então nunca explorados. E seus argumentos e seus feitos eram tão convincentes que passaram a adquirir o respeito de escaladores como Alex Lowe, George Lowe, Scott Fischer e Ed Viesturs. E foi quando as mulheres começaram a fazer parte de equipes importantes com esses homens já na década de 90, quando muitas perderam suas vidas, mas também alcançaram o ponto mais alto moral e físico do planeta. O Everest. Em 1995, Alison Hargreaves escalou o Chomolungma, conhecido britanicamente e depois mundialmente como Everest sem o uso de oxigênio artificial, depois que Junko Tabei em 1975 o havia feito com o auxílio de cilindros.

Mas infelizmente, nada era fácil para as mulheres. Apesar de todos os feitos, da paridade de direitos, dos cumes alcançados, parecia que o reconhecimento era algo ainda a ser conquistado. Alison, que morreu ao descer de uma escalada no K2 no mesmo ano, foi acusada de ser uma péssima mãe, já que deixava seus dois filhos em casa para escalar em montanhas insólitas e desconhecidas. Admitia-se que mães que se propunham a ser escaladoras profissionais eram mais egoístas que pais que se propunham a ser o mesmo.

Também o fato que a maioria das mulheres não documentava seus feitos fez com que muito se

perdesse no tempo e muito fosse pouco reconhecido em termos de história. Os homens, como disse Geraldine Westrupp, uma veterana escaladora do Himalaia e MSc. em Psicologia do Esporte, são sempre mais comprometidos em divulgar suas conquistas.

Mas a partir disso, e aos poucos, muita coisa foi mudando. As crianças já eram encorajadas a acreditarem em seu potencial, independente de seu sexo, e o que se viu foram escaladoras como Cecilia Bui, espanhola, que escalou com Roberta Nunes *Hidrofília*, Nan Darkis e Lizzy Scully, americanas a enfrentarem o Paquistão em 2003 com sucesso e com um estilo ímpar de escalada, rápido, em grupos pequenos e com poucos equipamentos. Ou a espanhola Silvia Vidal, também veterana do Karakoram, realizando duas ascensões de 8.000m naquelas montanhas, em 1998 e 1999. Silvia dizia que tanto fazia para ela escalar com homens ou mulheres, já que a escalada seria não uma questão de força, e sim algo sobre resistência, imaginação, capacidade de sofrimento e experiência. E isso se encontrava tanto em escaladores quanto em escaladoras.

Um século depois do primeiro feito feminino em terras paquistanesas, Steph Davis, a famosa escaladora americana, realiza a primeira de suas várias ascensões quando escala a *Inshallah* (VI 5.12 A1) e se diz movida pelo desejo e pela certeza de escalar aquelas montanhas. Eu apenas sabia que tinha que escalar lá, dizia.

E até os dias de hoje se vê incontáveis histórias como essas de pessoas, homens ou mulheres, que apesar de qualquer preconceito, dificuldade ou até impossibilidade física, muitas vezes motivadas por exemplos ou, na maioria das vezes impulsionadas pela sua própria crença de fazer mais e melhor, vão em busca daquilo que acreditam. Movidas pela curiosidade, pelo ímpeto da conquista ou pela transposição do medo se arriscam em lugares como Karakoram para encontrar o que sentem ser o mais sagrado e importante em suas vidas, assim como fez Fanny Bullock a muito tempo atrás.

Novas companhias, novas viagens

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.

Trilhas Pilatt
Para pequenas viagens e dia a dia. Super reforçada. Três bolsos externos, grande espaço interno, fundo rígido e pontos refletivos.

www.trilhaserumos.com.br
R. Fernando Luz Filho, 112 - Meudon - Teresopolis - RJ - (21) 2742-9662 - Fax: (21) 2742-5781

Vestuário
Mochilas
Sacos de dormir
Acessórios

CALÇAS SOLO®

MAIS RESISTÊNCIA PARA SUA AVENTURA

- ✓ LEVEZA
- ✓ DURABILIDADE
- ✓ RESPIRABILIDADE

MAIS ESTILO PARA SEU DIA A DIA

- ✓ DESIGN
- ✓ PRATICIDADE
- ✓ CONFORTO

Vista sua liberdade. www.solobr.com

SOLO

Treinando os seus dedos

LÉO CASSIANO | SP

A placa de resina cheia de buracos e abaulados, usada para exercícios de fortalecimento dos dedos e antebraços é um objeto muito desejado pelos escaladores de todo mundo, não só por sua ótima função, mas também pela facilidade de aquisição e praticidade de instalação. Afinal, nem todo mundo pode ter uma cave no quarto, a fim de se ter um treino em casa sempre que sobrar um tempinho. Mas a maioria tem um lugar para se instalar um fingerboard, seja acima de um batente de porta ou numa viga de madeira do telhado.

O fingerboard tem um tipo de treinamento sistemático e controlado, e sendo feito corretamente, é mais seguro para trabalhar a força máxima, pois elimina o risco de um pé escorregar, uma agarra girar ou uma queda ruim, como pode acontecer em uma parede de escalada.



Na hora de comprar seu Fingerboard, você deve pensar no tipo de treinamento que procura, geralmente aquele tipo de pegada que você quer treinar. Cada marca tem seus modelos e a maioria tem alguma característica que outro não. Você não precisa comprar aqueles cheios de pegadas, tipo os importados que são extremamente caros. Dê preferência aos que tem abaulados e pinças boas, a maioria tem aquele regletão no

meio da peça, nele você trabalha todas as profundidades de falange podendo se treinar os tri, bi ou mono dedos. Alguns são feitos por duas peças separadas e idênticas e são ótimos, pois possibilitam a regulagem da distância entre as pegas adaptando-se melhor ao seu tamanho. Procure os modelos que são mais leves, pois facilita bastante na hora de instalar, além de aliviar os pontos de fixação.

Geralmente são fáceis de instalar, e a maioria dos modelos vem com dois guias para parafusos tipo allen 3/8, que os fabricantes fornecem no kit de instalação junto com a peça, que contem os dois parafusos e dois chumbadores de aço.

Antes de instalar Fingerboard em uma parede de alvenaria e siga algumas dicas

- Verifique qual tipo de tijolo ela é feita.
- Paredes de concreto: apesar de serem mais duras de furar aceiteiam bem todos os tipos de bucha e tem a melhor qualidade de fixação.
- Blocos de concreto ocios: você vai precisar de buchas específicas, são de plástico e com uma expansão diferente.

- Paredes de tijolinhos: tem que se ter muito cuidado ao furar esta, para que a bucha entre com bastante pressão, pois ao expandi-la o furo pode esfriar um pouco e a bucha pode ficar solta. Talvez seja necessário colar a bucha com araldite antes de fixar os parafusos. Neste caso espere umas horas antes de colocar peso no fingerboard.
- Use um nível para verificar o prumo do fingerboard antes de marcar o ponto de furação.
- Faça a marcação dos furos no lugar onde ele será instalado.

- Meça a profundidade do furo com no máximo um cm maior que o comprimento da bucha, depois fure a parede com uma broca de 1/2" para alvenaria, em seguida instale o chumbador
- Geralmente não é preciso atravessar a parede como alguns fazem só os chumbadores agüentam bem, porém existem paredes que realmente não agüentam e precisam de uma engenharia melhor, por exemplo, casa muito antiga ou com tijolinho oco de cerâmica, preste bastante atenção.

- Aperte os dois parafusos simultaneamente, é bem mais fácil assim.

- Alguns modelos são mais compactos, estes por sua dimensão podem ser fixados direto em uma viga, basta medir antes e ver se ele cabe sem sobrar pedaços para fora da viga, depois faça os furos e use os parafusos com porca garra ou porca normal mesmo e pronto.

- Outra opção seria a de fixar o finger em uma prancha de compensado e depois colocá-la sobre o batente da porta com chumbadores ou buchas, desta maneira você tem que usar quatro pontos de fixação.



Agora, com o brinquedo instalado começa o problema, todos sabem que evolução da cada escalador depende muito de sua determinação e motivação para o treino. Além das escaladas de fim de semana, mesmo para quem tem parede de escalada em casa ou treina em academia, o treino de finger auxilia muito na evolução do escalador, ele possibilita treinos específicos, isolando diversos tipos de pegadas como pinças, regletes, abaulados e buracos. Porém não faz milagres, é necessário se dedicar muito e principalmente controlar a ansiedade para não se lesionar.


A escalada é o único esporte do mundo que se depende de dedos fortes e cascorentos. Acho que só conheci pelas minhas andanças, entre um pico de escalada e outro, alguns poucos peões de fazenda que tivessem mãos tão fortes quanto de um escalador, isso porque durante a uma vida inteira trabalharam tirando leite de vaca. Entenda que o processo de fortalecimento é demora-

do, sendo preciso cuidado para não sobrecarregar os ligamentos, tendões e músculos, o ganho de força tem que ser gradativo. No início é recomendável uma ajuda com seu peso, alguns usam cadeiras para apoiarem os pés e outros elásticos. Em minha opinião, o mais eficiente é um sistema de polias fixas abaixo do finger ligando um contra peso a sua cadeirinha, amenizando assim o peso sobre seus dedos.

Aquecer e alongar-se antes de qualquer atividade física é básico, mas devo acrescentar em meu comentário uma atenção sobre este assunto. Faça pelo menos 10 minutos de aquecimento aeróbico e um bom alongamento, principalmente dos braços e dedos antes de uma sessão, melhora seu desempenho durante o treino deixando-o mais eficaz, além de evitar lesões. Sem o aquecimento você diminuirá dramaticamente o efeito de produtividade da sua sessão.

Você pode também acrescentar sua sessão após os treinos semanais em paredes ou boulders, o que é bom, pois você já estará bem aquecido. Comece o treino de duas a três vezes por semana com as pegas menores, para se acostumar ao balanço do finger, alternado movimentos de barra com paradas estáticas. Depois de um mês passe para os abaulados e pinças e pega com três dedos, com o passar dos meses comece a usar os regletes menores e pegas de dois dedos, deixe o mono dedo para quando estiver bem forte. Tudo isso prestando atenção se não está forçando demais. Forçar é necessário para o fortalecimento, depois de passar o limite o corpo se recupera durante o descanso e volta mais forte, mas se não respeitar esse descanso você pode se lesionar porque trabalha em cima do corpo machucado.

Use a internet a seu favor, lá você encontra várias dicas para um bom treino, a cada dia o esporte evolui e a galera divulga novos treinos. Treine no fingerboard pelo menos duas vezes por semana, e não desista por mais difícil que seja, pois não existe treinamento que seja agradável por muito tempo. Persista e agüente firme que a força virá, pois a questão aqui é ficar forte! Bons treinos... Kmonnnnnnn





gringa
climbing

ENVIAMOS
PARA
TODO O
BRASIL

WWW.GRINGAAGARRAS.COM.BR




**COMPRE DIRETO
PELO NOSSO SITE!**

agarras
training systems

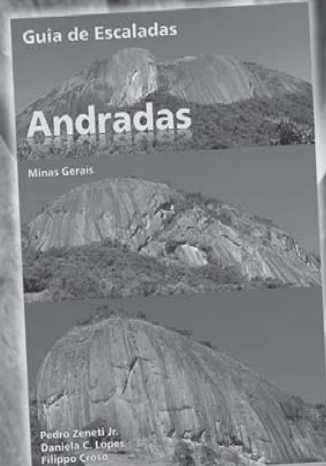
**Finger board TENDON
Lançamento!**

TEL: (11) 7122.1271



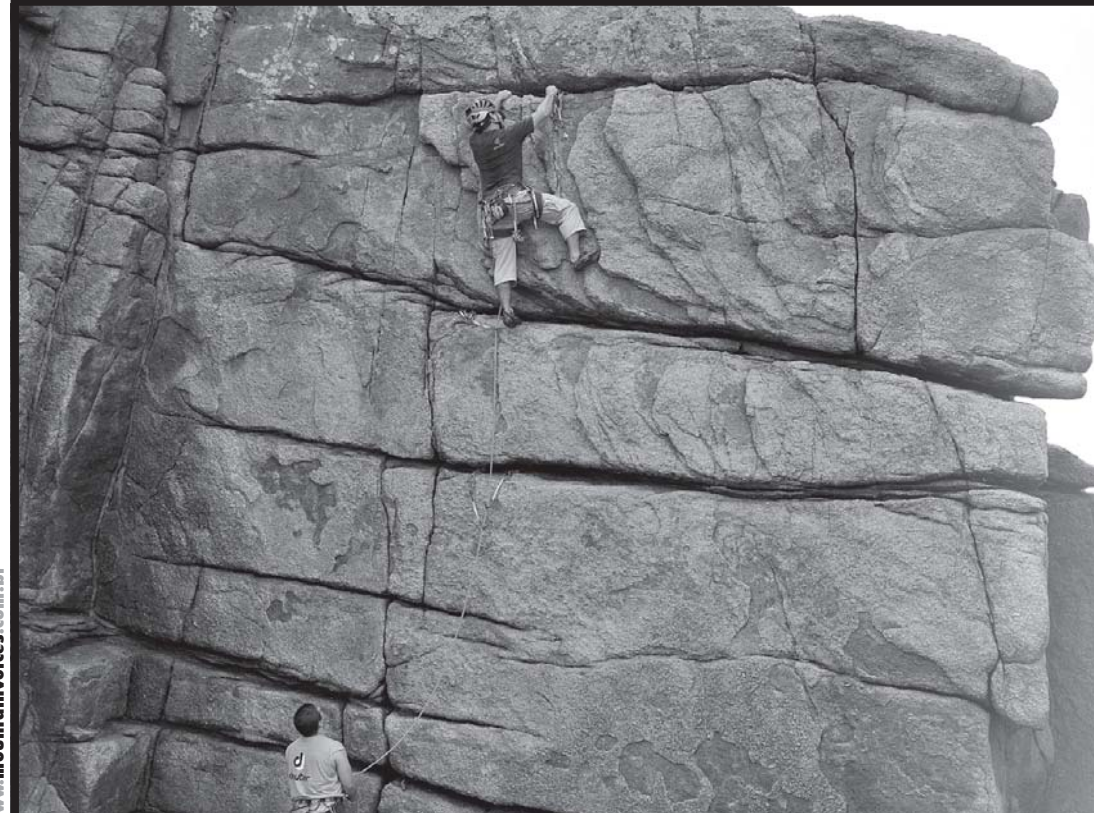



www.halldome.com.br



Guia de Escaladas de Andradas, está na HalfDome, está na mão!!!

Al. dos Nhambiquaras, 946
Moema - São Paulo - SP
Tel.: 11 5052-8082






Escola de Escalada
Desde 1989

Curso Básico
Reciclagem
Acompanhamento
Curso Avançado
Guias de Montanha

São Bento do Sapucaí - SP
(12) 3971.1470
montanhismus.com.br



+

Primeiros Socorros em Areas Remotas

WFA-Wilderness First Aid
Certificação internacional pelo
ECSI - Emergency Care and
Safety Institute (EUA) e
Padiha Treinamentos
Próxima turma: 29 e 30 de outubro
++ vagas limitadas ++



INSPIRED BY LIFE

RIDGE EVENT
para conquistar seus maiores desafios

saiba mais sobre as tecnologias:






www.hi-tec.com

A fórmula secreta

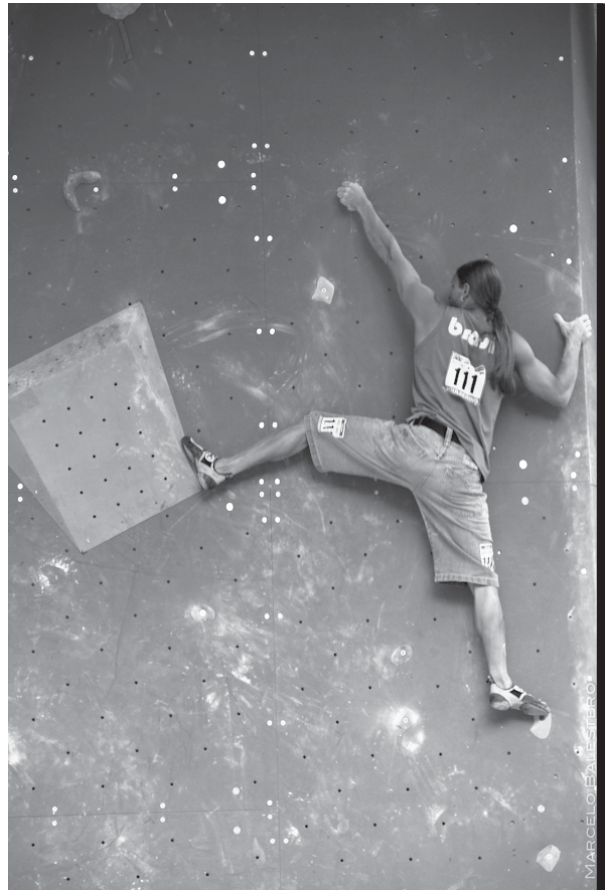
Considerações de um atleta brasileiro sobre o **Campeonato Mundial** que aconteceu na cidade de Arco, Itália.

ANDRÉ BEREZOSKI | SP

Worldaaaaa Championshipaaaa 2011, essa foi a frase mais repetida pela narradora oficial desse evento, em Arco, Itália, e que marcou época na história das competições mundiais. Como esta frase sempre vinha acompanhada de uma música que indicava a premiação de alguma categoria e onde algum atleta seria coroado com o título mais almejado dentre os mais de 700 escaladores inscritos, somente um pisaria no topo do pódio e diante de uma plateia imensa. A única certeza, além da medalha de ouro, é a do resultado no desempenho, que devido a alguma fórmula adotada para chegar até ali (fórmula desconhecida por nós até então) pode ter sido estudada, planejada, regrada e executada com perfeição e disciplina ou simplesmente por uma combinação de fatores. O que fica claro é que, sem sombra de dúvida, todos nós competidores gostaríamos de saber a fórmula utilizada pelos campeões. Mas seria esta uma receita padrão suficiente para termos um brasileiro no lugar mais alto? Ou por mais que possamos treinar e tentar, o que realmente faz a diferença?

É com essa dúvida que sempre retornamos de uma competição de nível mundial, e por mais que nossa participação demonstre que sim, existe um potencial e ser explorado e a certeza de que podemos evoluir muito ainda, qual o caminho a tomar e como desvendar onde está a chave para o "start" é a grande questão.

Uma das perguntas mais frequentes feitas pela comunidade nacional quando retornamos dos mundiais é: "E aí, como foi na competição? Trouxe o primeiro lugar?". Nesse momento consegui-



André Berezoski, competindo na prova de boulder.

mos nos transportar para o lado do questionador e visualizar o seguinte fato: Belê, Cesinha, Janine, Felipinho, Thais, entre tantos outros bons escaladores possuem os mais altos títulos nacionais e sulamericanos, escalam há muitos anos e realizam vias, boulders e treinos que são verdadeiros parâmetros a serem atingidos. Obviamente com toda esta bagagem e nível, eles têm grandes chances no mundial, então, a pergunta mais óbvia e esperançosa é que estejam em algum ponto do pódio. Porém, a história é bem diferente e ao relatar que nossa participação barrou na fase classificatória, podemos sentir no ar a dúvida do por que e de como assim? Todos sabem e não é novidade alguma sobre a realidade de ser esportista no Brasil, e já foi relatado em inúmeros outros artigos que da mesma forma que somos considerados como parâmetros no país, nós encontramos a mesma distância no nível dos tops mundiais ou até maior.

Mas como o assunto é sobre fórmula e receitas, cada um de nós, e obviamente os campeões desta competição, se fizeram valer de alguma delas, muitas delas secretas e outras surpreendentes. Não é como em um livro de receitas, mas segue abaixo algumas, umas nacionais e outras estrangeiras.

Participo do circuito mundial desde 2000 e sempre soube da imensa diferença de nível. De 2004 a 2007 treinei especificamente para os mundiais e extremamente focado, porém, tanto treino gerava cobrança. Quando passei a aceitar que definitivamente não posso viver como atleta de competição e dedicar 120% do tempo para isso,

parei de gastar enormes quantias para competir e as competições fora do país se converteram em um elemento a mais dentro das férias para escalar e desfrutar da cultura europeia da escalada. Sendo assim, competir neste evento teve um sabor especial pelo prazer das competições, em um local magnífico e como sempre aprendendo com a organização e nível do velho continente na escalada. Janine Cardoso, que sempre representou muito a escalada nacional no feminino, também utilizou a fórmula da paixão pelas competições e aproveitando sua última fase na rocha embarcou para Arco, escalando sem pressão e disfrutando do ambiente fez o que a experiência lhe proporcionou, sempre guerreira e representando o Brasil até que uma nova geração se levante.

Geração que no momento está sendo representada pelos novatos no circuito mundial, Thais Makino e Pedro Nicoloso, onde ficou evidente a motivação pelo primeiro contato com um mundo a parte na escalada que vivemos aqui no Brasil, encarando com seriedade o mais alto nível encontrado até hoje na história do mundial. César Grosso foi o nosso melhor representante neste campeonato, sempre muito focado e dedicado, Cesinha se preparou como nunca para este evento, digno de atleta de ponta, seu treinamento e disciplina ultrapassaram em muito o parâmetro sobre treinos até então realizados no país, e como resultado sua escalada e posição de melhor sul-americano em Arco são a prova de tamanha dedicação. Ramón Julián reinou soberano, sua fórmula já

está estampada: muito treino e uma bagagem de vários anos competindo nos mundiais transformaram sua baixa estatura em um gigante absoluto na escalada de competição e rocha.

Adan Ondra este ano optou por uma fórmula diferente. Se retirou da rocha por dois meses para treinar específico para esta competição, e em declaração aberta, disse estar cansado dos treinos, por isso não obteve o resultado esperado, mesmo assim demonstrou em boulder, dificuldade e no geral da competição, que ainda possui um nível muito superior em distintas modalidades.

Jacob Schubert, jovem austríaco veio para renovar uma geração de novos competidores, demonstrando o resultado do foco em chegar aos maiores títulos a serem alcançados na escalada, sua fórmula dedicada aos treinos e o tempo vão lhe garantir grandes feitos.

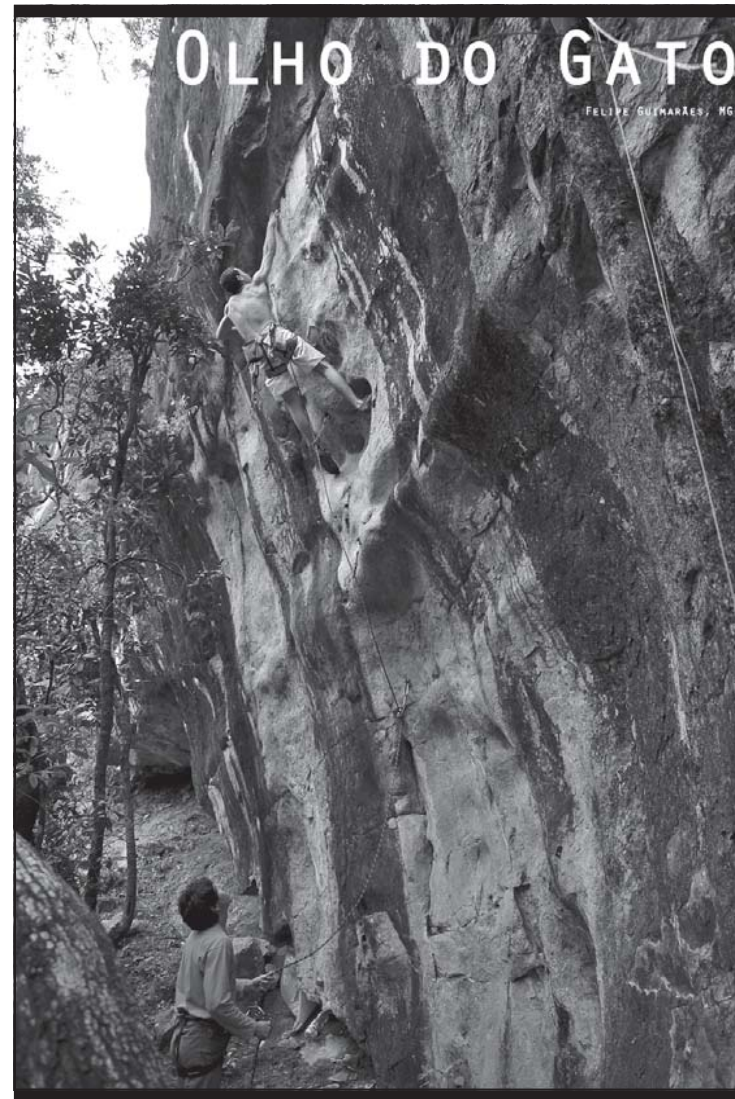
Angela Eiter, "the queen", como é conhecida em Arco por ganhar tantas edições do Rock Master, levou o mais que merecido título em um movimento onde sete das oito finalistas caíram. Angela salvou o campeonato (e o route setter) realizando o que só anos de experiência podem proporcionar, e após dois anos afastada das competições, sua coroação foi majestosa.

Dimitry Sharafutnidov, este russo revolucionou as competições de boulder com um estilo ágil e um repertório digno. Sua superioridade na final de boulder foi algo surpreendente...e o mais intrigante é o fato de treinar em uma parede de apenas 10m², não possuir patrocínio nem apoio e sua participação quase foi comprometida por falta de recursos financeiros, ou seja, uma receita que coloca em xeque as probabilidades mas resultou em "Gran menú".

Como resposta aos vários espectadores e a torcida nacional, nossa participação teve fim na fase classificatória com nenhum brasileiro alcançando as semifinais, prova de que esta competição estava em um nível exigente até para os tops mundiais, deixando de fora da semifinal grandes nomes da escalada mundial também.

Cada participante brasileiro utilizou fórmulas distintas para este evento, passando desde treino médio e motivação em alta, até treino intenso. Daqui pra frente nos resta descobrir além do que já sabemos, de que a falta de apoio e blá blá blá, o que devemos e podemos mudar para chegar junto. Como estatística, nossos grandes esportistas brasileiros que alcançaram o topo do pódio mundialmente, ou moram e treinam fora do país, ou trazem toda a estrutura de técnicos e técnicas de fora, não desmerecendo nunca o que já foi feito por aqui e de como sempre lutamos, mas a realidade é que atualmente esta fórmula não tem feito o bolo crescer (pelo menos para a escalada de competição no Brasil) para justificar tamanho empenho. Então, como mudar e o que mudar? Será que mudar de país seria a solução? Chris Sharma trocou a Califórnia para viver na Europa. Seria este um indicativo? Enfim, seguimos competindo por uma paixão enraizada, independentemente do resultado e levando nas costas a sigla brasileira para o mundial e espelhando-se em nomes como o espanhol Ramón Julián, Adan Ondra, Angela Eiter.

Cada escalador reage de forma diferente a cada etapa ou a cada via, manter um padrão de excelência com o nível exigido hoje nos mundiais é algo surpreendente e esta competição demonstrou isso: uma disputa acirrada a cada agarrar, tentativa e segundo, uma luta constante para alcançar o mais importante título dentro de um evento que serviu de base e de um importante passo para a introdução da escalada nos jogos olímpicos, um megaevento presenciado por uma delegação brasileira, pequena, mas presente, mas que pôde aprender e disfrutar de dias onde a escalada reinou soberana por toda uma cidade. Agradeimentos à Conquista, 4Climb, North Face, Kailash, CBME e G2 Adventure. Boas escaladas.



Localizada no bairro Fazenda Velha, na cidade mineira de Itamonte, essa pedra preta falava "oi" para mim todas as vezes que eu passava na ida ou na volta das escaladas na pedra do Picu. Ela estava sempre lá, esperando sua hora de nos divertir.

Em agosto de 2010, eu não resisti e fiz a primeira investida até a base da pedra sozinho para reconhecimento do local. Fiquei impressionado, pois além da gigante pedra que dá o nome ao local, havia várias paredes ocultas pelas grandes arvores da nossa rica mata atlântica aqui da Serra da Mantiqueira. Boulder eu já havia visto vários ali, pois já andamos um pouco beirando a mata, aos pés do Olho do Gato. Na abertura da trilha, achei mais um monte de blocos, que posso dizer sem sombra de dúvida, e tem via nele, e eu ainda nem tive tempo de mexer.

Há um certo tempo tenho trabalhado na possibilidade de promover um evento que reunisse montanhistas e escaladores aqui na região de Itamonte, para divulgar mais as atividades turísticas. E com isso surgiu o Climbing Festival. Nas minhas conversas com os amigos montanhistas, me deram uma dica de que seria muito legal para um evento nessa região que lançássemos um novo point de escalada, e com isso comecei a investir bastante energia na pedra do Olho do Gato. Hoje, já contamos com 15 vias esportivas, muito legais, que na sua mai-

oria tem mais de 10 costuras. O local conta com vias de inclinação positivas, verticais e negativas, além dos vários boulders que salpicam a base da parede em meio à mata. Assim, o point do Olho do Gato não será somente uma falésia, e sim o Complexo do Olho do Gato, pois eu não terei tempo de eliminar todas as possibilidades de vias que podem ser grampeadas e linhas de boulder para o evento que acontecerá em setembro de 2011. Estou trabalhando forte para equipar pelo menos uma boa parte da pedra preta do Olho do Gato e outra parede toda negativa que demos o nome de Onda, a qual fica na direita. A trilha já esta bem batida e já existem vários locais de acampamento perto de água na base da rocha.

O tipo de rocha que predomina aqui nessa região é o granito gnaisse, e que além de agarras abauladas, regletes muito bons e ruins, teremos seqüência de dedos e mono dedos em algumas das vias que já colocamos a mostra para a diversão de quem vier conhecer esse local.

O Complexo do Olho do Gato fica a 16km do centro da cidade de Itamonte, onde será a sede do Evento Climbing Festival, "Reunião Internacional de Montanhismo e Escalada" aproveitando essa matéria gostaria também de dar algumas informações sobre o Climbing Festival:

Em Itamonte será construído um centro de treinamento de auto rendimento em altitude para atletas olímpicos, o qual deu espaço para lançar esse evento, colocando em evidência nosso esporte, pelo fato de em Itamonte ter 6 das 10 montanhas mais altas do Brasil, e o montanhismo ser um grande chamariz no turismo da região. Pegando o gancho de a escalada estar entrando nas olimpíadas, consegui um grande apoio para a realização do evento, onde a prefeitura de Itamonte na pessoa do jovem prefeito Marcos Tridon, ce- deu as estruturas das secretarias de esporte e de turismo, já com a visão da importância desse evento para o município, pois com ele estaremos mostrando

o grande potencial da atividade esportiva e turística na região.

O evento tem o intuito de reunir os amantes das atividades outdoor com o tema "Venha falar sobre as montanhas", além de estar trazendo esse publico para uma região fantástica das Agulhas Negras, de montanhas e paisagens únicas o qual denominamos de Região das Terras Altas da Mantiqueira, onde podemos dizer que foi o berço do montanhismo nacional.

O "Climbing Festival" acontecerá nos dias 16, 17 e 18 de setembro, na cidade de Itamonte Minas Gerais, com sede no Ginásio Poliesportivo José Augusto Guimarães, e as inscrições já estão abertas no site www.picus.com.br, e terão um custo de R\$35,00 ou R\$45,00 para quem for participar da competição no domingo. Essas inscrições dão o direito a uma camisa do evento, um folder croqui, área de camping na sede do evento, condução aos atrativos, além de poder assistir as palestras e curtir o som da banda "Merders Band", que vai agitar a turma na noite de sábado e durante o campeonato de escalada no domingo. O campeonato será no formato de festival, com a presença do route setter Anderson Gouveia, que estará montando as vias durante a disputa. Teremos as categorias infantil, juvenil, feminino livre e master, ambos com premiação em dinheiro para primeiro, segundo e terceiros lugares.

No sábado, a partir das 20h00, teremos as palestras do montanhista Eliseu Frechou, Luiz Coslope do Parque Nacional do Itatiaia, falando sobre condutas de escalada no Parque e depois vem o Andersom Gouveia falando das escaladas mais loucas do mundo. Apos essas palestras, passaremos o filme "Reach", que conta com a pre-

sença do brasileiro Felipe Camargo que esta representando muito bem o Brasil no cenário da escalada mundial. E no domingo, o Felipe Camargo estará falando um pouco sobre o filme e de suas experiências pelo mundo afora.

Mais informações no site: www.picus.com.br





Felipe Dallorto

No Reino Mágico

A bucólica **Santa Maria Madalena**, pequena cidade localizada no interior do Rio de Janeiro, desconhecida por muitos e dona de montanhas virgens para todos os gostos.

Texto: Flávia do Anjos + Felipe Dallorto, RJ

Tudo começou por um convite de um velho amigo que há muitos anos sempre escalava uma única via da cidade a "Sinfonia do Rabo de Galo" na Pedra Dubois. Após este convite do Luiz Felipe Temperine, Felipe e Flávia foram conhecer o potencial do lugar e começaram a investir em várias conquistas nas montanhas e falésias virgens deste incrível lugar, esta é uma longa história no qual contaremos num próximo relato. Após várias conquistas na região de Santa Maria Madalena, Felipe e Flávia decidiram conferir o potencial na montanha símbolo da cidade à pedra "Dubois". Percebendo que a parede era grande e que a logística seria melhor com três pessoas, decidiram chamar o amigo Claudney Neves que vinha demonstrando interesse por grandes conquistas e também vinha fazendo convites para lugares como o ES. Pegamos a estrada para Santa Maria Madalena no sábado, nove de outubro, chegamos ao início da tarde e procuramos uma fazenda para acampar, a idéia era ficar na base de outras vias já conquistadas. E foi onde conhecemos o Sr. Ranulfo, que ofereceu a varanda de uma das casas do seu sítio para ficarmos. Aceitamos! Não perdemos o dia, arrumamos as mochilas e partimos para a Pedra Dubois, que fica ao lado do centro da cidade. Sabíamos que a montanha possuía apenas duas vias, uma do Benito Esteves (Sinfonia do Rabo de Galo) e outra do Flavio e Cintia Dalton (A Moda Antiga). Com pouquíssima informação sobre essas duas vias nossa idéia era conquistar uma nova linha bem à esquerda das mesmas, pegando a parte mais

longa da montanha. Desde o início estávamos preocupados em como identificar a linha da via do casal Dalton, pois em 600m só haviam batido quatro grampos, mas o problema não foi à via deles, descobrimos, de uma maneira não muito agradável, que havia outra na parede. Seguimos a trilha de no máximo 20min até a base. Vimos alguns grampos e achávamos que seriam da A Moda Antiga. Começamos a conquista revezando a cordada com uma gramepeação bem esparsa até o momento que a Flávia viu um grampo 30m abaixo de onde tínhamos batido a última chapeleta. Começamos a procurar outros, infelizmente achamos... Exatamente 30m acima!! Por acaso, estávamos intermediando uma enfiada de um projeto de via que só mais tarde soubemos que este projeto era de amigos nossos. Continuamos subindo pela via desconhecida até o platô que divide a montanha. Já era fim de tarde, caminhamos pelo platô e escolhemos uma linha bem mais à esquerda onde Flávia bateu somente uma proteção e descemos antes de escurecer. Na descida a decisão foi lógica e unânime, retiramos as únicas três proteções que colocamos e descemos. Praticamente perdemos um dia de conquista, voltamos para nosso acampamento e avaliamos algumas possibilidades e decidimos escolher uma linha mais à esquerda e que chegasse até chapeleta batida após o platô. Domingo, dia 10, fomos à forra. Conquistamos nove enfiadas de 60 metros revezando irrimente. Foram 540m de costões com alguns lances de 3º grau. Proteções apenas nas paradas. Chegamos ao platô e ainda nesse dia Felipe

retomou a conquista da décima enfiada com muita névoa e frio. Logo depois de completá-la Claudney e Flávia começaram a décima primeira enfiada com lances de aderência de 5º grau, onde realmente a parede começou a dificultar. Paramos na metade desta enfiada e descemos, pois a previsão do tempo não era das boas. A segunda-feira foi curta. Como a previsão não era boa, pretendíamos transportar o máximo de material montanha acima, para, na terça, realizarmos o ataque final. Mas não conseguimos chegar, sequer ao grande platô. Deixamos todo o material possível 120m abaixo do nosso objetivo, dentro de um saco estanque. A chuva fina começou a cair e a pedra, automaticamente, virou um sabão. Descemos. Tudo bem, pois esse dia foi de festa, aniversário do Felipe. Gastamos bem o tempo fazendo festa com direito a bolas de ar, chapeuzinho bolo e muito vinho. Apesar do clima de comemoração, fomos dormir cedo. A terça seria decisiva. O dia amanheceu melhor e partimos resgatando o saco estanque no meio da parede e tocamos para cima. Continuamos revezando e completamos a P12, 795m conquistados. Infelizmente a noite chegou e as proteções acabaram, substituímos a montanha e não chegamos ao cume nesse dia. Deixamos tudo que era possível deixar embaixo de uma laca e dentro do saco estanque para a investida seguinte, o que só aconteceu três semanas depois. No dia de finados tradicionalmente chove. Desafiemos isso e voltamos à Santa Maria Madalena

no final de semana desse feriado. Saímos sexta à noite e chegamos por voltas das 23h com a decisão de acampar no terreno da base da via. Já havíamos conseguido tal autorização do dono na viagem anterior. Acordamos sábado dispostos a terminar a via, mas tinha muita parede para escalar. A conquista em si só começou às 15h. Dessa vez quem começou foi a Flávia, o Claudney fez a parte dele e o Felipe continuou já com os primeiros discretos pingos de chuva caindo. Avançou mais 20m. Chegamos ao 895m de via! Um exército de bromélias gigantes em linha já nos aguardava no cume, mas ainda não foi dessa vez. Novamente as proteções acabaram e a noite chegou junto com a chuva. Deixamos tudo dentro do saco estanque e penduramos aos 850m da via, pois tínhamos mais três dias do feriado pare terminar a via. Rapelamos sem problemas até o grande platô, mas ali tudo mudou em segundos, o que era montanha virou cachoeira, o que era trilha virou rio, o que estava seco ficou encharcado... A sensação era de estar realmente fazendo um cascating. Muita, mas muuuuita água desceu naquela noite. Tivemos que colocar corda em trechos onde descíamos caminhando, pois o perigo era rolarmos montanha abaixo com a força da água. A situação melhorou quando chegamos abaixo do platô. Continuamos por uma linha sem muita água e a chuva em si já havia diminuído. Faltando poucos rapéis para o final, Flavinha olha para a estrada e solta: "Aqui não é o caminho dos bombeiros?" Não era. Havia sim um caminho com luzes piscantes na estrada, mas era da Defesa Civil.

Alguém viu pontos de luz na montanha à noite, na chuva e ligou para as autoridades. Quando chegamos à base, um guarda estava à nossa espera, perguntando se estava tudo bem e se precisávamos de alguma coisa. Dissemos que estava tudo tranquilo e ele nos conduziu até a estrada, onde fomos recebidos pelo Secretário de Defesa Municipal que anotou nossos dados e aconselhou juízo! Sugeri também que, da próxima vez que uma situação assim se repetisse, avisássemos, ligando para 199, que não havia problemas. Agradecemos e fomos para a cidade, depois de recolhermos o que havia dentro das nossas barracas alagadas com tanta água. Já passava das 11h da noite. Agoniando de fome, encontramos a Massa Di Casa funcionando, mas com a cozinha fechada. Contamos nossa história triste e fizeram duas lasanhas para nós. Destruídas rapidamente com um bom vinho. A primeira providência foi matar a fome, a segunda seria dormir. Com nossas barracas alagadas, só nos restou à opção de pagar uma pousada. Banho quente e roupa seca foram bons demais. No domingo fez um sol absurdo, mas a montanha ainda estava completamente molhada. Aproveitamos para descansar e torcer para que tanto calor não trouxesse chuva novamente. Trouxe! Enquanto estávamos jantando a chuva começou a cair. Insistimos, ficamos mais uma noite para terminar a via se o clima deixasse. Não deixou! A segunda-feira amanheceu cinza e molhada, nos demos por vencidos, espalhamos todo nosso equipamento para pegar um pouco de sol na calçada da pousada Kentinha, a cara dos curiosos que passavam era impagável. Por fim pegamos a estrada de volta, com todo nosso material de conquista pendurado na parede e sabendo que falta muito pouco para o cume. E daí que a história começou a mudar, a cidade que nunca chove virou a cidade que chove todo dia. Na verdade é o 3º melhor clima do Brasil com estações bem definidas e clima bem previsível. E de fato choveu até o fim de abril. Mas não quer dizer que nesse intervalo não tentamos nada, tentamos mais uma vez. No dia 20 de dezembro a previsão pro fim de semana era animadora, a logística começou..... Foi nesse dia, 20 que um email mal destinado caiu na lista de discussão da FEMERJ, era para digitar "FE"-lpe, mas a ferramenta completou para "FE"-merj... Era um email com detalhes explícitos de uma logística bem fascista de um ataque a montanha, o que claramente resultou em uma

bela zoação por parte do eterno Bernardo Collares. Um telefonema do Berna onde não teve jeito, Flávia teve que contar toda a história: Bernardo: -Vocês vão chegar na cidade as 21:30 e as 22:00 vão estar dormindo? Só se for com marretada na cabeça! Flávia: - Não, não, marretada não, porque a marreta tá pendurada a 900m do chão... Bernardo: - Caceta, novecentos metros?!?!?! P&*&, putz, boa sorte, vai lá, pois quero que vocês terminem, porque agora eu quero ir lá repetir. Se eu não tivesse indo viajar, estaria lá semana que vem, mas assim que eu voltar de Chailtên pode ter certeza que vai ser a primeira via que eu vou repetir!!! Anota isso. Dia 25 partimos para Madalena e para a desagradável surpresa, parede molhada, esperamos secar um pouco, conseguimos subir até o grande platô, resgatamos a metade do equipamento que estava ali, mas dali para cima a parede era só água e o saco estanque teve que continuar pendurado. Em Janeiro de 2011, soubemos da trágica notícia do Bernardo, ficamos muito abalados, aliais, a comunidade inteira de escalada do Brasil ficou e após este baque, decidimos mais do que nunca terminar esta via. Tivemos que esperar passar o verão e as chuvas e somente em junho de 2011 tivemos a oportunidade de terminarmos. Desta vez nos preparamos para fazer em dois dias, no primeiro subimos com equipamento pesado inclusive uma furadeira novinha até o platô onde passamos a noite. Seria uma noite perfeita se uma das redes não tivesse rasgado tudo bem, 120m de corda fazem um bom isolante. No dia seguinte, num clima quase patagônico onde o frio era intenso, subimos até onde havíamos parado. Encontramos, após oito meses, o saco estanque rasgado e desbotado, porém ainda com todo equipamento deixado. Tudo completamente enferrujado e sem condições de uso, foram-se 8 mosquetões, 4 cliffs, batedor, brocas, parabolts, marreta e o pior: uma furadeira!!!! Prejuizos a parte continuamos e terminamos a 15ª enfiada e a montanha deitou, mais 120m de costão e cume!!!! Em uma laje de pedra deixamos um livro de cume e prestamos nossa homenagem ao nosso querido e eterno amigo Bernardo Collares. Certamente foi o por do sol mais inesquecível de nossas vidas, nesse Reino Mágico onde, por meio de algum encantamento, nos sentimos as pessoas mais felizes do mundo!!!

Além de uma loja de equipamentos outdoor você acaba de ganhar um centro de informações

Na Bivak você encontra:

- Assistência na escolha dos equipamentos
- Atendimento personalizado
- As melhores marcas e muito mais!

Marmot CLIMB BONIER EQUIPAMENTOS CURTLO deuter

PETZL Black Diamond

BIVAK OUTFITTER

e-commerce: www.bivak.com.br

11 2308 6995 . Rua Caramuru, 523
Praça da Árvore . São Paulo
a 2 quarteirões do ☉Praça da Árvore

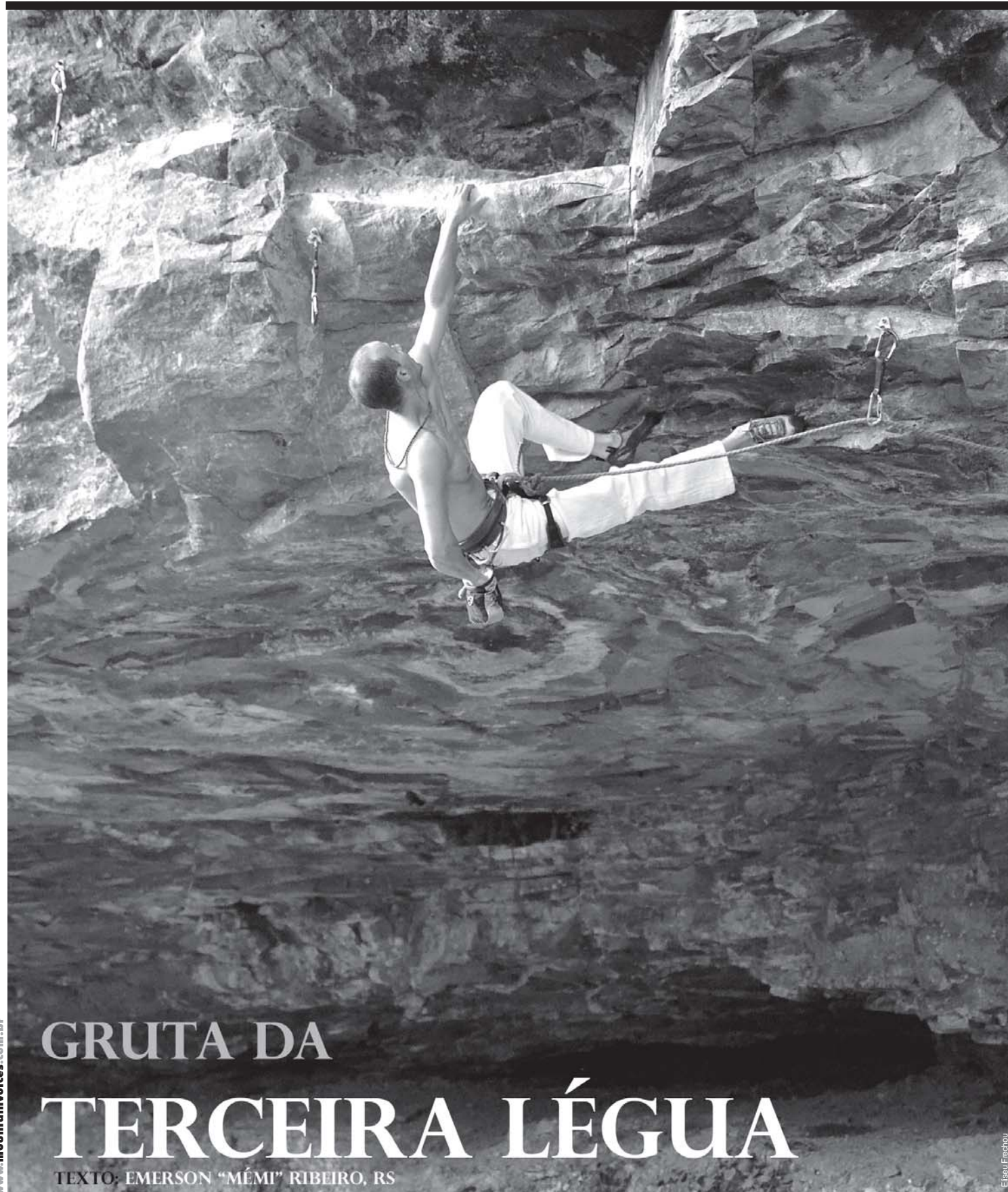
11 MOSTRA INTERNACIONAL DE FILMES DE MONTANHA

10 a 14 de novembro
NO CINEMA ODEON – RIO DE JANEIRO

MOSTRA COMPETITIVA
MOSTRA BANFF
EXPOSIÇÃO FOTOGRÁFICA DE PEDRO CURY

WWW.FILMESDEMONTANHA.COM.BR

Foto: Peter Cury



GRUTA DA TERCEIRA LÉGUA

TEXTO: EMERSON "MÊMI" RIBEIRO, RS

Elisau Frechou

Desta vez nossa visita é em outro pico de escalada muito conhecido por escaladores de várias partes do Brasil, a Gruta da Terceira Légua. A cerca de 15 km do centro de Caxias do Sul, a Gruta, como é conhecida, recebe a todos com uma escadaria que conta com 150 degraus que leva até a base da parede. A história deste lugar começa a aproximadamente 50 anos, quando foi construída uma Igreja encravada na rocha, onde desde então, acontecem missas todo o segundo domingo do mês. Segundo os moradores próximos, o local era habitado por bugres que percorriam as cavernas. Seguindo a trilha da Gruta encontramos a cascata de Beck com cerca de 60 metros de altura fazendo contraste com a mata nativa de árvores gigantes. A rocha predominante nas paredes é o basalto, de coloração branca e alaranjada. Vertical em algumas partes, com aproximadamente 25m de altura, aos poucos vai se tornando negativa até formar um teto alucinante que dá nome ao local, com um potencial enorme para a abertura de vias de graus elevados. As conquistas na Gruta começaram em meados de 1989 quando teve sua primeira rota aberta, a via *Diedro 7b*, pelos escaladores Adriano Giacomet, Jardel Zanchin, Jimerson Maritta, Juliano Perozzo e Paulo dos Reis. Em 1994 as vias de 9º grau começaram a ser grampeadas, um exemplo é a via *O Herege 9º* aberta pelos escaladores Guilherme Zavaschi do RS e Ralf Cortes do RJ, após esta via aberta muitas outras foram surgindo no local. Hoje a Gruta conta com aproximadamente 55 vias, sendo 3

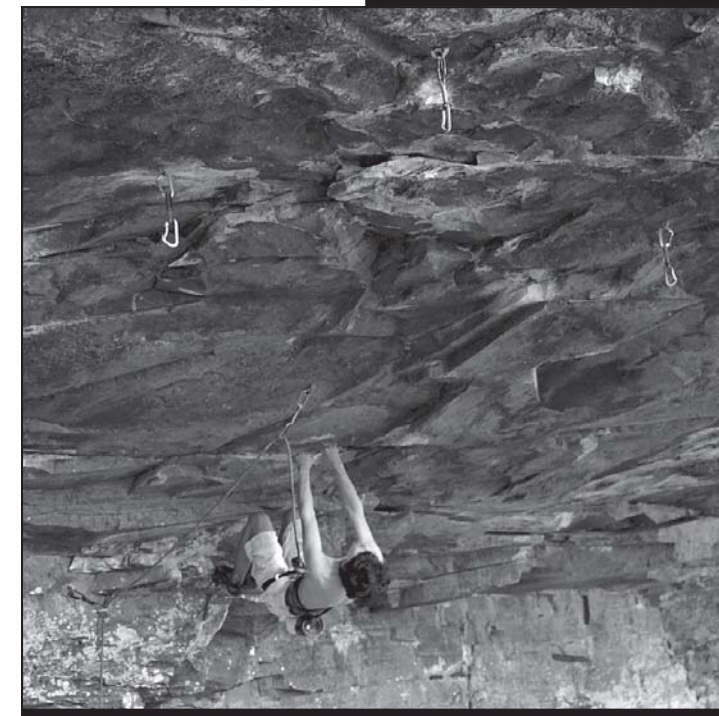
vias de 11a, e muitas outras de décimo e nono grau. Também possui vias de graus mais leves, do quinto ao sétimo grau.

A Gruta está entre os dez melhores locais para a prática de escalada esportiva em rocha no Brasil, por ter um enorme potencial de vias de graus elevados, mas também contar com vias fáceis e bem protegidas para quem está iniciando. Por ser um lindo lugar, o local também é propício para quem curte fotografia outdoor.

A Gruta possui feitos memoráveis para a escalada gaúcha; a escaladora caxiense Lilian Beck Tsuhako, colocou na cadeia a via *Durepoxi 9a* (aberta pelo escalador local Jimerson "Jimão" Maritta) em 2006, considerada a 1ª cadeia feminina de 9a no Rio Grande do Sul. O escalador também caxiense, Marcos Vinicius Todero, encadenou a via *Disciplina não ter Jedai nunca será 11a*, considerada a primeira cadeia de 11a no Brasil.

A Gruta possui um plano de manejo onde a ACM (Associação Caxiense de Montanhismo) juntamente com a comissão da Gruta, composta por várias comunidades adjacentes, mantém o local sempre conservado e as vias vistoriadas para não comprometer a escalada no local. A Gruta é um local muito conhecido e de muito astral, tanto para a escalada quanto para um simples passeio. Aos que tiverem interesse em conhecer a Gruta, segue abaixo algumas dicas:

▲ Jimerson Maritta na *Sombra e escuridão karma 10c*
▶ Bruno Mitani *Profecia 9b*
→ Negatividade da parede à esquerda da igreja.



Elisau Frechou

Como chegar:

O melhor caminho para chegar é pela Avenida Rio Branco em direção a Terceira Légua, através da estrada do Imigrante, que começa na garagem da empresa de ônibus Visate. Depois de passar pela Igreja, dobrar à esquerda na rótula, mais 2 km de chão chega-se a Gruta.

Equipamento:

As vias são todas esportivas, equipadas na maioria com chapeletas. Em média 12 costuras e uma corda de 50m resolvem o problema. Água potável somente junto ao

bar, que nos finais de semana oferece aos visitantes e escaladores produtos coloniais e almoço, é válido também acampamento no local mediante permissão.

Observação importante: Há missa na gruta todo o segundo domingo de cada mês e nesse dia não é permitido à escalada, pois o fluxo de religiosos é grande e inviabiliza as atividades.

Os croquis das vias se encontram no site da ACM.

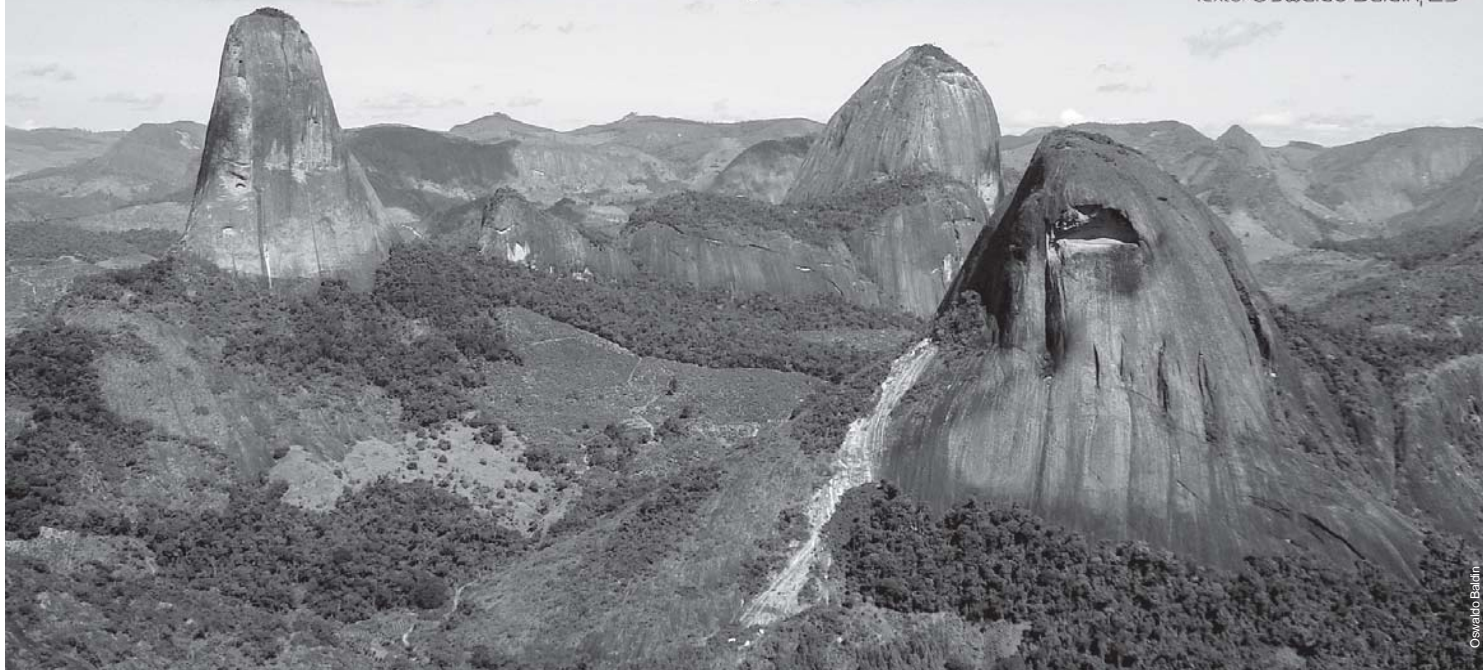
<http://www.acm-rs.org.br/> ou no site do escalador Naoki Arima http://naoki.arima.com/croquis_i_rs_gruta.html

www.montainvoices.com.br

www.montainvoices.com.br

Nas Montanhas do Espírito Santo

Texto: Oswaldo Baldin, ES



Oswaldo Baldin

Este município é um dos que mais concentra paredes rochosas no estado, formando uma extensa cadeia montanhosa que impressiona e se estende até o município vizinho de Águia Branca. Unidos por essas inúmeras montanhas aglomeradas umas as outras, estes dois municípios formam o "Monumento Natural dos Pontões Capixaba": um promissor destino para a prática do montanhismo, vôo livre, e outros esportes de aventura.

A escalada iniciou em Pancas em 1959 com a conquista da Pedra da Agulha, que foi um marco na escalada brasileira. Passou-se décadas, até que no ano de 2000 a Pedra da Gaveta foi escalada pela sua face frontal. Mais recentemente, a partir de 2009, a cidade vem recebendo com mais frequência a visita de escaladores, e com isso outras montanhas foram sendo conquistadas. Como a Pedra do Camelo, Pedra da Cara, do Operário, Pedra da Mula e do Jacaré. Todas estas vias no estilo da escalada tradicional, como não poderia deixar de ser, devido as grandes proporções dessas montanhas. Abaixo segue um apanhado sobre cada uma destas conquistas, que vem a mostrar como está o cenário atual da escalada em Pancas, que já vale muito uma visita!

Pedra da Agulha

Em uma época de um montanhismo aventureiro e heróico, no dia 16 de junho de 1959 cinco escaladores do CERJ (Centro Excursionista Rio de Janeiro): Giuseppe Pellegrini, Nelson Bravin Teixeira, Emil Mesquita, Carlos Russo e Rodolpho Kern, pisaram no cume da Pedra da Agulha pela primeira vez, depois de terem conquistado os 450 metros da Chaminé Brasília usando somen-

te 26 grampos. Esta via foi considerada durante muitos anos como umas das mais difíceis do Brasil. Passando décadas teve poucas repetições, tamanha sua complexidade considerada até os dias de hoje.

Recentemente a Agulha recebeu mais uma via, na face oposta da Chaminé Brasília. Uma escalada de 600 metros batizada de "Paredão Bernardo Collares", conquistada por Gustavo Silvano (RJ) e Claudia Faria (SP). Uma via que consumiu cinco dias de ascensão da dupla, feita em uma linda aresta com a maior parte em escalada em livre de 4º a 7º grau, em agarras, fendas e chaminé, e pouco trecho em artificial. Chegaram no cume a meia noite do dia 17 de julho de 2011, concluindo outra bela linha na Agulha.

Pedra da Gaveta

Após três investidas à Pancas, os escaladores cariocas Gustavo Silvano, Renato Moura e Cosme atingiram o cume desta imponente montanha no dia 30 de agosto de 2000. Fica localizada um pouco antes da entrada da cidade, e por ter próximo ao cume um enorme buraco com as dimensões de aproximadamente 100 metros de frente x 30 metros de profundidade x 50

metros de altura, os conquistadores batizaram a montanha de Gaveta, e a via de "Paredão Carlos Bernardo", uma grande escalada com trechos de aderência, chaminé e artificial em cliffs.

Pedra da Jararaca

Com formato de um pontão, esta pedra fica encostada à outra montanha maior. Durante o feriado de carnaval de 2008, André Ilha e Yuri Berezovoy subiram esta montanha em um só dia. A batizaram com este nome devido ao encontro desagradável que tiveram com duas jararacas. A via "A Natureza na Passarela (4º V+ A1)" entremeia trechos de escalada com outros longos de vara-mato, sendo 100 metros o somatório aproximado dos diversos segmentos de rocha.

Pedra do Operário

Em dezembro de 2009 os escaladores capixabas Oswaldo Baldin e Paulo Henrique Munhoz fizeram sua primeira investida de conquista em Pancas. Por incentivo dos moradores optaram em abrir uma via em um paredão literalmente encravada dentro da cidade, no Bairro do Operário. Escalando debaixo de um sol mui-

to forte, foram observados pelos moradores durante toda a progressão pela rocha. E com 330 metros de escalada conquistaram a via "MissPanca (4º V A1)", soltando fogos no cume em comemoração e agradecimento aos moradores de Pancas que foram muito receptivos com a dupla.

Pedra da Cara

Ao aproximar da cidade de Pancas, um portal natural de grandes proporções recepiona o visitante e faz brilhar os olhos de qualquer escalador que visite a região. Este portal é formado pelas pedras da Agulha, Cara, Gaveta e Camelo. No dia 1º de abril de 2010 Oswaldo Baldin e Marcos Palhares "Tatu" traçaram uma linha na aresta de maior extensão da Pedra da Cara, e em um período de 04 horas conquistaram a via "Face Oculta (4º IV+ E3)", com 290 metros. Uma escalada muito bonita, pois esta montanha esta centralizada em meio aos monumentos mais famosos de Pancas: Agulha, Gaveta e Camelo.

Pedra da Mula

Após a conquista na Pedra da Cara, Oswaldo Baldin e Marcos Palhares receberam Sandro



Marcos Palhares e Oswaldo Baldin

Souza em Pancas e partiram para o distrito de Lajinha. Foram atraídos pela curiosa e grande cratera de cor amarelada no meio da montanha denominada Pedra da Mula (devido ao formato deste buraco), muito conhecida na região. Traçaram uma linha óbvia na montanha que seguiria por uma fenda de 150 metros até o grande buraco. Enfrentaram uma escalada em meio a muitas fendas e chaminés de diversas espessuras. Atingiram o grande buraco no pôr-do-sol do dia 04 de abril de 2010 e soltaram fogos que foram ouvidos de Lajinha. Passaram a noite no buraco, que mede cerca de 30 metros de altura por 50 metros de largura, é plano, e tem muita areia no chão. A via foi batizada de "Cor de Mula Quando Foge (6º VI+ E3/4)", e utiliza-se muitas proteções móveis.

Falésia Raash

No intuito de fomentar em Pancas uma cultura de montanha e em um futuro breve que escaladores locais surjam na região, Oswaldo Baldin e Marcos Palhares escolheram uma falésia próxima a cidade e que possui um acesso facilitado, para desenvolver um campo escola. O local ganhou este nome em virtude da família Raash que reside aos pés da falésia. A primeira via aberta em abril de 2010 foi a "Fecha a Conta e Passa a Régua (VI)" com 50 metros. Em Pancas até as vias esportivas tem grandes proporções! Muitas outras possibilidades de vias existem nesta falésia, sempre remetendo à escalada com

lances técnicos, que uma boa aclimação para o estilo das longas vias de região.

Pedra do Camelo

Após três dias de escalada entre muitas fendas e chaminés, Gustavo Silvano e Leonardo Alvarez finalizaram a via "Deserto Vertical (6º Vila E5)" em setembro de 2010, com 500 metros de extensão. A linha fica localizada entre a "cabeça" do Camelo e uma montanha encostada à ela, formando assim este sistema de fissuras. Durante a conquista acabaram as proteções fixas e tiveram que improvisar no trecho final, "parando" nas duas ultimas em brocas de 1/2. Terminada a via desceram por detrás da montanha, entre trechos de caminhada e costões.

Pedra do Jacaré

Esta montanha fica localizada dentro do Córrego do Palmital. Quando avistada do asfalto, todo este complexo montanhoso lembra a cabeça de um jacaré. Na face que fica de frente para o Sítio Cantinho do Céu (camping que recebe os escaladores), foi conquistada em 06 de junho de 2011 a via "Casa da Mãe Joana (4º VI E3)", por Oswaldo Baldin, Hermes Pereira e José Luiz Pappone. Uma escalada com 330 metros toda em livre e lances técnicos em cristais, uma característica das vias de região. Desse cume tem-se uma vista espetacular das principais montanhas de Pancas.

Estas vias são uma pequena amostra do enorme potencial que o "Monumento Natural dos Pontões Capixaba" tem a oferecer para a prática do montanhismo no Espírito Santo. "Em Pancas, mais difícil do que conquistar, é escolher qual montanha a conquistar."

Recomendações:

Estas escaladas foram abertas com muito empenho e dedicação de seus conquistadores. Portanto respeite a ética, e jamais altere (acrescente ou retire grampos/chapeletas) destas vias sem a autorização dos conquistadores. É sempre válido um diálogo com os escaladores que estejam conquistado no local, para assim traçar melhor novos projetos de conquistas que venham a ajudar no desenvolvimento da escalada na região.

Para repetir estas vias entre em contato com quem já as escalou. Assim poderá obter dicas preciosas que poderá fazer "a" diferença para o sucesso da sua escalada. A maioria das vias possuem livro de cume! As montanhas estão localizadas dentro de propriedades particulares. Não deixe de comunicar e pedir autorização de acesso aos moradores. Praticando a gentileza e a educação, poderá comprovar a total hospitalidade do povo de Pancas.

Dicas:

A melhor época para escalar em Pancas é no inverno, pois a cidade é conhecida como uma das mais quentes do Espírito Santo. Fato este que pode ser muito bem compreendido quando se observa a cidade de cima da rampa de Vôo Livre (Pedra da Colina), e pode-se ver a enorme quantidade de paredes que circundam (e esquentam) a cidade.

Para se hospedar na área urbana, uma ótima pedida é a Pousada Ninho da Água, de onde se tem uma vista privilegiada da cidade e das paredes no entorno (27-3726-1572). Mas se sua opção for estar em meio as montanhas, pode ficar acampado no Sítio Cantinho do Céu, localizado no Córrego do Palmital e encravado no meio de imensas e belíssimas montanhas (27-9873-3385).

Os principais restaurantes da cidade são o da Santina que fica na praça, e o Degas na entrada da cidade. Maiores informações sobre os pontos turísticos de Pancas podem ser obtidas com o Elson Nascimento na Secretaria de Turismo, que fica próxima a praça/igreja.

+ infos: baldin23@yahoo.com.br / www.aces.org.br

A cidade de Pancas cecada de montanhas



Oswaldo Baldin

RESSOLE SUA SAPATILHA NA



*SOS sapatinha

- 15 anos de experiência no mercado
- Grade de formas novas, desenvolvidas especialmente para sapatinhas
- 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



14 anos dedicados a oferecer o melhor para sua aventura.

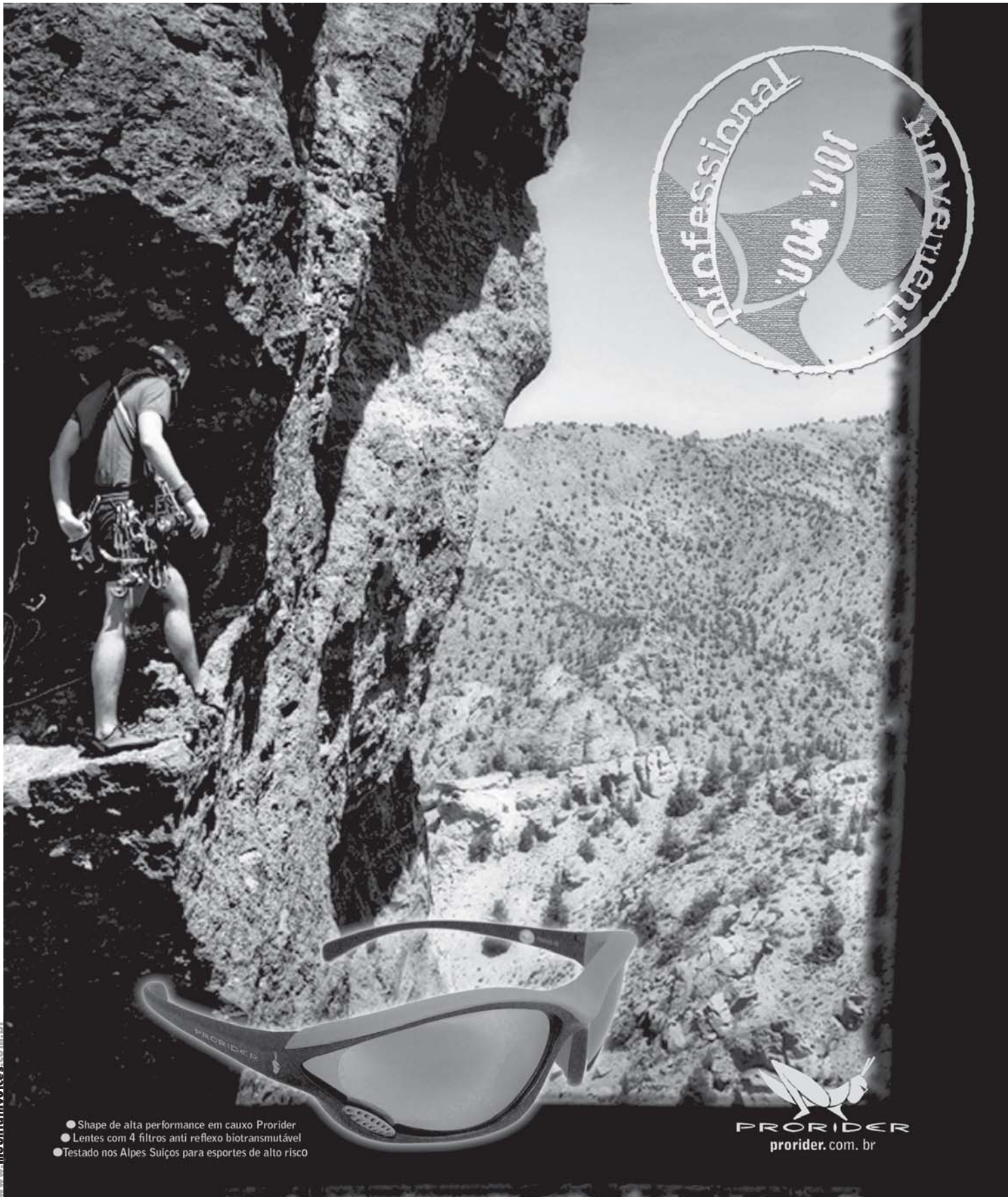
www.penatrilha.com.br

Penatrilha

Rua Apeninos 803, São Paulo SP
11 3562 1801

www.montanainvices.com.br

www.montanainvices.com.br



- Shape de alta performance em cauxo Prorider
- Lentes com 4 filtros anti reflexo biotransmutável
- Testado nos Alpes Suiços para esportes de alto risco

PRORIDER
prorider.com.br

Uma conquista na Pedra da Agulha - ES

Histórico - escalada pela primeira vez em 1959, se tornou a maior escalada do Brasil por décadas. É considerada a maior e mais difícil chaminé do Brasil até os dias de hoje. Houve muitas tentativas, mas poucas repetições. Sua primeira repetição aconteceu em 1969, 10 anos depois. Era considerada um mito para os escaladores antigos e hoje é uma via que empoe respeito, pois o conjunto da chaminé exige todos os tipos de técnicas desse estilo de escalada. Está graduada em 5º grau livre, mas pode ser mais por não ter havido muitas repetições.

A Nossa busca por aventura
Pancas está na região dos pontões capixabas. Uma região farta em plantação de café e por todas as fazendas brotam pontões de granito com paredes de mais de 500m de escalada virgem. Em todos os vales brotam cachoeiras, rios e árvores nativas. E o mais importante a hospitalidade dos proprietários descendentes de Pomeranos que recebem os escaladores com muito carinho desde a época da primeira escalada na região. Exemplo a família Romaz, que até hoje vive do cultivo do café.

Poderíamos ter escolhido uma face mais sombreada, mas a escolha da face oposta a chaminé Brasília, aresta norte da Pedra da Agulha, foi feita por causa de uma conversa com o primeiro escalador dessa pedra dentro do bondinho do Pão de Açúcar, onde Giuseppe Pellegrini afirma a Gustavo que se ele abrisse uma via ali, seria uma das escaladas mais lindas do Brasil. Inclusive já tendo visitado essa parte da montanha e batido um grampo para garantir que nenhum outro clube naquela época tentasse subir a Agulha que era chamada de Dedo de Deus do Espírito Santos.

Primeiro dia: Expectativa
Eu, Claudia, viajei 500 km de São Paulo para Rio de Janeiro e encontrei Gustavo na cidade maravilhosa, com o carro abarrotado de equipamentos. Me impressionou muito, ao saber que todas aquelas "tralhas" seriam levadas por apenas nós dois para a parede.

Segundo dia: A viagem.
Saímos do Rio de Janeiro ao amanhecer, fiquei admirada e impressionada com um vale lindo, repleto de montanhas e muitas pedras, como o Frade e a Freira, uma obra esculpida pela natureza!
Não sabia que ainda enfrentaríamos mais 700 km de estrada para chegar a uma pequena cidade que possui apenas três ruas principais, mas que o menor pico dessa cidade é do tamanho do Pão de Açúcar do Rio de Janeiro. A cidade impressiona a todos escaladores que ali chegar.

Fim de tarde decidimos tentar ganhar algum tempo abrindo a trilha para a base. Conseguimos 1 km de trilha até encostar na majestosa agulha. Voltamos para a pousada de noite, cansados e felizes.

Terceiro dia: O contato com a rocha.
Não resolvemos nada, como Gustavo sempre diz, "a montanha quem dita às regras do jogo". Leva-

mos cada uma uma corda, alguns friends pequenos e vinte chapeletas. Depois de um dia todo castigados pelo sol, abrimos 120m de via com dez chapeletas, fixamos uma parada dupla e a parte mais vertical da via em livre, sugerimos 7º grau.

Ao termino da escalada, fomos nos dar conta do tamanho da parede, Face Norte, que escolhemos escalar, era uma mega via, bem maior que a chaminé "Brasília" do outro lado.

Quarto dia: A grande surpresa
Subimos um total de 300m, todos em livre, estávamos com energia.

Quando pareceu que estávamos no meio da escalada, tínhamos gasto 33 chapeletas, 1 grampo P e todas as cordas fixas. Ao olhar da base a via ficamos triste, teríamos aproximadamente mais de 400m de parede para escalar e tínhamos apenas dez grampos e oito chapeletas. Parecia que a escalada havia terminado ali. Derrotados pela imensa muralha de granito lisa que vinha pela frente. Só na parte final parecia ter alguma chaminé e fenda até o cume.

Quinto dia: Camaradagem dos montanhistas
Gustavo fez contato com Oswaldo, escalador de Vitória (ES), que está a 150 km de Pancas. Ele concordou imediatamente em enviar 24 chapeletas para nos ajudar. Por milagre um motorista da prefeitura de Pancas, retornava naquele mesmo dia da capital. As 22h00 Elson, um dedicado secretário de turismo da cidade e amigo, entregou as chapeletas na pousada. "Quanto maior o problema, mais forte a cabeça dos homens. O que seria de nós sem os amigos" afirma Gustavo. Surgiu a esperança de terminar a escalada.

Sexto dia: O ataque
Demoramos metade do dia para subir o que estava feito.

A outra parte do dia foi no sol para ganhar apenas 45m, para piorar nossa situação, um enxame de abelhas gigantesco passou zumbindo por nossas orelhas, nos deixando apavorados, achando que havia uma colméia perto de onde estávamos batendo grampo e falando.

Quase fomos atacados, mas ficamos quietos e não falamos nada durante a decisão, evitando acidente com as abelhas.

Sétimo dia: Alegria
Mesmo o dia sendo ensolarado e sacrificante para quem está guiando, usando estribos, dando segurança, fazendo furo com a mão e com a furadeira, conseguimos chegar na base da chaminé em formato de S que queríamos alcançar, mas não dava para ver se era profunda o suficiente para podermos escalar sem bater grampo. Agora já estávamos com 50% de via concluída. Com sistema de chaminé, fendas, fissuras, pequenas árvores na parede, com aproximadamente 300m direto do cume. Tínhamos acabado de descobrir, como diz Gustavo, "a pri-

Gustavo Silvano trabalhando na conquista da via.



Claudia Faria

meira linha mágica da minha vida". E surgiu a idéia de homenagear um amigo, uma pessoa de muita importância para o montanhismo brasileiro.

Oitavo dia: 24h00 de escalada.
Saímos as cinco da manhã, nós dois sozinhos, em um domingo, partindo para a maior das aventuras: tentar chegar no cume da agulha pela primeira rota externa, com todos os tipos de dificuldade, com água e comida escassa, poucas chapeletas, 8 grampos, furadeira com apenas uma bateria e sem material para dormir pendurado. Tínhamos que dar a sorte de encontrar um platô que coubessem os dois. Caso não achássemos um platô, teríamos que ir até o cume, único local abrigado para dormir com segurança. Isso sem contar com o pior de tudo: chuva! Estaríamos presos na parede.

Retiramos a primeira corda fixa da via e levamos para cima, o plano era um guiar e o outro jumariar com tudo nas costas, uma mochila que pesava uns 40 kg.

A segunda parte da chaminé eram 30 metros na vertical de 6º grau ou mais, inteiramente em fenda e proteção móvel. Se o guia cair, para na cabeça do outro, o lance era muito exposto, até para o segundo ficou duro a escalada, entrar com a metade do corpo na chaminé levando a mochila pesada era quase impossível. Tivemos que abandonar vários friends nesse trecho para ganhar tempo.

No final do dia, com os últimos raios do sol, conseguimos vencer a chaminé de 60m toda em livre de 6º grau. Batemos dois grampos e uma chapeleta.

"Já noite, fixei uma parada dupla no paredão vertical, o vento já era gelado, estávamos expostos em uma aresta com mais de 400m de altura. Abriu via a noite, é a coisa mais louca que existe." diz Gustavo Silvano

Eu tinha que parar toda hora na broca para desviar de enormes blocos soltos nos pequenos platôs existentes. A parada foi feita em um platô em arco que mal cabia nossos pés.

A escalada começou a ficar perigosa, já as 21h00, Gustavo muito cansado, começou a pedir para deixar todo equipamento na parede para ganharmos tempo.

Em uma manobra rotineira, deixou cair um cliff, o único que nos restava. Por sorte, uma planta prendeu a peça e ele conseguiu recuperá-la. Seria o fim, sem ela não conseguiríamos progredir um trecho liso que acabara de surgir.

Subimos mais 600 metros. Gustavo em um grampo com frio e eu em uma chapeleta com a mochila pesada. Fizemos a última investida.

Muita vontade de ir ao banheiro, o vento gelado, nenhum platô para ficar e muitas rochas soltas pelo caminho.

A noite não há como ver o melhor caminho. Em uma medida desesperada, Gustavo abandonou a furadeira para ficar mais leve, colocou duas chapeletas e três grampos no boudrie, alguns mosquetões, friends já não havia mais, pois abandonamos todos na chaminé.

Partiu leve, solto para o que seria a enfiada mais importante da via.

Bateu uma chapeleta a 30 metros e escalou. A lua estava cheia e iluminou enormes blocos e árvores do platô secundário do cume da agulha. Meia noite, dia 17 de julho de 2011 - estávamos chegando no final da impressionante agulha de Pancas, um Big Wall de 600 metros.

Meio litro de água, uma lata de sardinha e um pacote de azeitonas foi o nosso jantar. Uma hora da manhã dormimos feito ursos no capim e acordamos as cinco horas com a alvorada do sol. Todos os vales nevoados, as plantas com orvalho. Em cada gotinha na ponta das folhas, passávamos a língua para nos hidratar.

Contornamos a língua de mata para outra face da montanha, demos a volta perdidos na mata do cume. Chegamos todos arranhados no livro do cume da Chaminé Brasília. Tomamos banho de sol e trocamos o livro que já estava todo molhado e estragado.

As oito horas em ponto, como o Gustavo havia dito para os moradores da região, soltamos o rojão. Passados alguns minutos, trabalhadores do cafezal gritavam para nós, Genésio e Gerson da Fazenda Romaz soltaram outro rojão! Passado a euforia em ver todas as fazendas acompanhando nossa escalada, iniciamos a decisão.

O Final: 6h00 de rappel
Iniciamos o rappel, o sol já estava quente. Deixamos uma fita no primeiro rappel em árvore.

Tive que esperar sem água, em baixo do sol, Gustavo bater um grampo na mão.

Para chegar na chaminé, abandonamos uma corda presa por dois mosquetões para servir de corrimão e nos aproximarmos da parede. A corda ainda está lá para os próximos escaladores.

Passamos pela chaminé, recolhemos os friends que havíamos deixado.

A cada cordada a mochila ficava mais pesada. Já ao meio dia, puxando a corda percebemos que estava presa. Cansados e ambos desidratados, resolvei eu, Claudia, subir 40 metros para liberá-la. Gustavo já estava tão fraco que seu semblante era apático, também, um dia anterior ele abriu 200 metros de via, nada mal para um velhinho escalador com hérnia de disco e dezoito parafusos no braço! Esse contratempo nos atrasou e nos expôs ainda mais ao sol quente de um dia capixaba.

A sorte, e o que nos entusiasmava, era que no fim do próximo rappel, havia um litro de água esperando por nós, ótima estratégia, deixar água na parede, salvou nossas vidas. Também deixamos água na base da via.

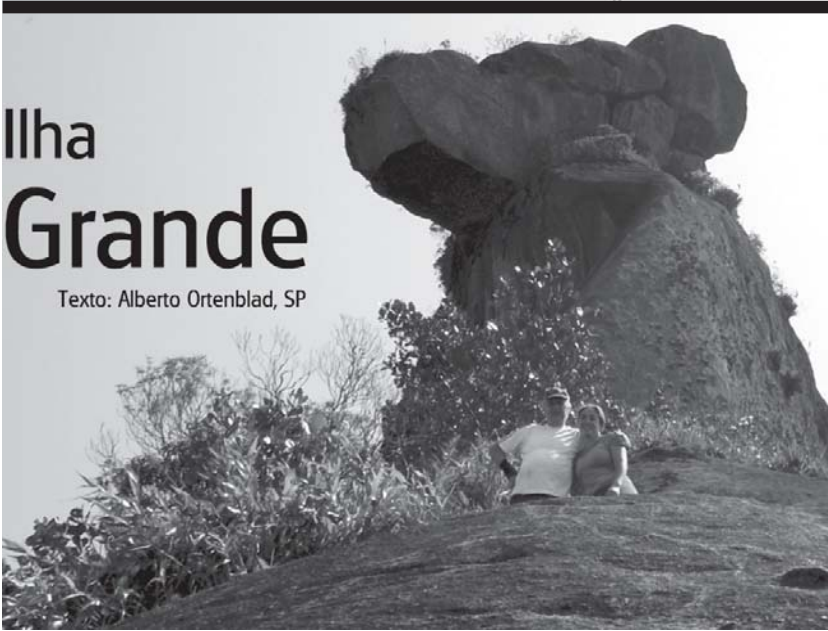
Terminamos o rappel as 15 horas, exaustos, ainda tínhamos a trilha para encerrar, cada um levando aproximadamente 50 kg de equipamento nas costas.

Mas valeu muito o esforço. Conseguimos chegar inteiros na pousada após realizar o sonho de uma paulista escaladora - abrir um Big Wall, e o projeto de um alpinista carioca - abrir e escalar os três picos mais altos de Pancas, Pedra da Gaveta com 750 metros em 1999/2000, pedra do camelo com 500 metros em 2010 e agora a Pedra da Agulha com 600 metros.

O nome dessa via é Paredão Bernardo Collares para que ele seja lembrado sempre nas alturas dos mais belos picos.

Ilha Grande

Texto: Alberto Ortenblad, SP



História da Ilha

Devido à sua posição próxima a importantes portos, a Ilha Grande foi visitada desde os inícios da ocupação portuguesa do Brasil. Durante três séculos, do Descobrimento ao Império, foi refúgio de piratas de várias nacionalidades, que rapidamente subjugaram os pacíficos guaianases que nela habitavam. Curiosamente, é ainda a ameaça dos piratas (no caso, modernos) que faz com que lá não haja até hoje nenhuma agência bancária — pois os valores poderiam ser assaltados no trajeto do mar.

Para dificultar o abastecimento dos piratas, a moradia na Ilha foi proibida durante mais de um século e meio. Só em fins do século XVIII apareceu a primeira vila, na Freguesia de Santana, quando a principal cultura era a cana de açúcar. Desses tempos, hoje resta apenas uma bela igreja. Com o crescimento do tráfico negreiro, o centro habitacional passou para a Vila do Abraão, onde permanece até hoje.

A Ilha Grande funcionou como porta de entrada de escravos africanos, foi depois ocupada por lavouras de café, abrigou dois presídios por quase um século e operou como um importante centro para a pesca e saiga da sardinha. Mais recentemente, sua área foi quase totalmente dedicada a dois Parques Estaduais (um terrestre e outro marinho) e uma Reserva Biológica. Hoje, a única atividade relevante da ilha é o turismo.

O Formato da Ilha

A Ilha Grande é a quinta maior ilha marítima do Brasil, com 200 km² - semelhante às áreas das ilhas do Cardoso ou de Superagüi. O que não é um tamanho tão expressivo — por exemplo, é 60% de Ilhabela ou do Parque de Itatiaia. Na sua maior dimensão leste-oeste, mede cerca de 30 km vs. quase 15 km no sentido oposto.

A baía de Angra está ao norte, portanto seu lado oceânico fica ao sul, onde as condições do mar costumam ser instáveis e perigosas. Ao se aproximar dela por Angra, você perceberá que seu relevo tem um formato triangular, com o vértice no centro e regiões mais baixas nas extremidades leste e oeste. Não surpreende, portanto, que o ponto culminante, a Pedra d'Água, seja aproximadamente central. Olhando a Ilha Grande em planta, você notará que existem dois grandes arcos em

forma de meia lua, simetricamente em cada uma de suas extremidades. São as praias de Sul e Leste de um lado, e de Lopes Mendes do outro, ambas no bordo sul. Entre elas, existe um perfil muito recortado, com várias enseadas e praias pequenas, especialmente ao norte, que é o litoral mais visitado.

Relevo e Natureza

Como é comum na Serra do Mar, a Ilha Grande apresenta relevo granítico, com cristas agudas, escarpas e pontões. Estas formações ocorrem junto a estreitas planícies, lagoas, restingas, manguezais — e, naturalmente, paradisíacas enseadas de águas transparentes e bonitas praias. A região das lagoas que se vertem nas praias do Sul e Leste é referida como a mais bem preservada do Estado. Antigamente, sua flora era considerada a mais bela do Novo Mundo, antes que as lavouras de cana e café devastassem as áreas baixas (principalmente no lado oceânico), atualmente até certo ponto recuperadas. Ainda hoje, a floresta é exuberante, com árvores frondosas como os jequitibás, as paineiras e os jatobás. Nos manguezais, podem ser encontrados os mangles preto, vermelho e branco. Há ainda vegetações arbustivas e herbáceas, frequentes nas regiões baixas.

As jaguatricas ainda existem, mas a maior atração são os barulhentos bugios (por três vezes ouvimos a sua conversa). Pássaros, tanto terrestres como marinhos, são abundantes. Ao longo de suas 15 enseadas, inúmeras espécies de golfinhos podem ser avistadas — e baleias também costumam visitar eventualmente esta região. A ilha é um dos mais ricos berçários de vida marinha do Brasil.

O Turismo na Ilha

Em relação a outras ilhas em situação física semelhante, a Ilha Grande parece pobre e despovoada. Explicações para isto residem na distância de 15 a 35 km ao litoral, que ainda hoje demanda cerca de 1½ horas de barco, e nas restrições à sua ocupação, desde os tempos da Colônia até a atual criação dos Parques Naturais. Considere que a sua população de talvez 10 mil pessoas não chega a ser o triplo da de dois séculos atrás. Os ilhéus são pessoas simples e as vilas são bem feias.

“Visitei a Ilha Grande durante três das quatro estações do ano. Lá passei ao todo cerca de dez dias. A pé ou de barco, conheci suas trilhas sombreadas, suas enseadas cristalinas e suas belas praias. Pude um dia subir no Pico do Papagaio e contemplar de cima este paraíso tropical. Não deixe de visitá-lo, com tempo, a curiosidade e o cuidado que ele merece.”

Os pacotes turísticos oferecidos pareciam-me massificados, sem diferenciação. A Ilha mais parece um arquipélago, sem relacionamento entre as comunidades. As pessoas do Abraão têm poucas informações sobre o Bananal e as do Bananal, sobre Araçatiba ou Provetá. Esta última, por sinal, é principalmente ocupada por evangélicos. Cada uma delas só se relaciona mesmo com Angra dos Reis. O centro turístico fica no agitado Abraão.

O turismo tem duas estações fortes — o verão dos brasileiros e o inverno dos estrangeiros. Neste último caso, você encontrará principalmente jovens mochileiros europeus. No verão, o turismo me pareceu pobre, populoso e barulhento. Embora no inverno o tempo seja seco e ameno, o mar é mais agitado, chegando a impedir a navegação pela borda sul. Talvez o melhor seja você visitar a Ilha Grande na meia estação do outono, a partir dos fins de março até talvez junho. Na outra meia estação da primavera, porém, o clima é muito incerto.

O Pico do Papagaio

O Pico do Papagaio lembra o Baepi da Ilhabela, pois projeta o seu perfil arrogante logo à chegada pelo mar. Por ficar acima da Vila do Abraão, é muito visitado pelos turistas. O caminho começa no centro do Abraão, a partir da estrada que vai a Dois Rios, no outro lado da ilha. Após pouco mais de 1 km, você deve deixar esta estrada, divergindo à direita ao encontrar uma placa indicativa.

Se o acive da estrada é suave, prepare-se porém, depois de deixá-la, para uma forte rampa mata adentro. Mas a trilha logo será amenizada por curtos trechos planos, antes de encontrar formações em pedra, cujos córregos você deve atravessar com cuidado. Após uma única descida forte, você iniciará a subida ao cume. A trilha é muito bonita e bem definida, seguindo basicamente rumo sul. Não tem, entretanto, árvores tão frondosas como as da Ilhabela. Há quatro pontos onde você encontrará riachos, sendo o primeiro e o último um tanto precários.

Suba à esquerda após passar por um belo paredão em granito no meio da mata, você estará agora se dirigindo à parte baixa da corcova, quer dizer, a nuca do papagaio. A subida desta é feita dentro da vegetação, até chegar à pedra do cume. Se quiser visitar a interessante e pouco conhecida

base do pico (ou o peçoço da ave), suba brevemente à direita após o paredão, ou seja, no sentido inverso ao que você seguiu para o cume. Ao todo, o trecho de trilha deve ter quase 5 km (mais 1.5 km de estrada) e o percurso total deve lhe tomar até 3 horas. É portanto uma excursão longa, de mais de 6 horas, incluindo algum tempo no cume.

O Cume do Papagaio

O cume do Papagaio (a 982m) é um pouco decepcionante, devido à vegetação interferente e à falta de uma ampla laje de topo em que você possa se acomodar. A laje existe, mas é desconfortavelmente inclinada. Ela pode ficar ocupada pelos visitantes, pois a subida ao Papagaio é bastante popular — contei quase 20 pessoas (e três cachorros) ao longo da trilha quando lá estive. Entretanto, a vista é emocionante, com um alcance panorâmico para todo o lado nordeste da ilha. A cênica ponta e o delgado corpo da Restinga de Marambaia são perfeitamente visíveis, bem como alguns acidentes do recortado perímetro da ilha: as Praias de Dois Rios e Lopes Mendes no lado sul, a Vila do Abraão logo abaixo e a Enseada das Estrelas junto com o Saco do Céu no rumo norte. Dizem que, nos dias limpos, a vista consegue alcançar tanto a Ilhabela como a Pedra da Gávea.

Pico do Papagaio



Já os lados oeste (Araçatiba) e sul (Aventureiro) não podem ser avistados, pois o corpo da serra central se interpõe. É claro que, a toda a volta, você avistará a gran-

Trilha	Trajetos das Trilhas da ilha	Esforço	Dist	Tempo
T02	Abraão - Saco do Céu	Média	6 km	2½ h
T03	Saco do Céu - Santana	Leve	4 km	1½ h
T04	Santana - Bananal	Leve	3 km	1 h
T05	Bananal - Sítio do Forte	Leve	5 km	2 h
T06	Sítio Forte - Araçatiba	Leve	6 km	2½ h
T08	Araçatiba - Provetá	Média	5 km	2 h
T09	Provetá - Aventureiro	Média	4 km	2 h
Ts/n	Aventureiro - Pamaíóca	Leve	8 km	3½ h
T16	Pamaíóca - Dois Rios	Média	12 km	4½ h
T14	Dois Rios - Abraão	Média	7 km	2½ h
-	Volta da Ilha		60 km	24 h
T01	Circuito do Abraão	Leve	2 km	1 h
T10	Abraão - Mangues/Pouso	Média	6 km	2½ h
T11	Mangues - Lopes Mendes	Leve	1 km	½ h
T12	Mangues - Castelhanos	Pesada	6 km	3 h
T13	Abraão - Pico Papagaio	Pesada	6 km	3 h
T15	Dois Rios - Caxadaço	Média	4 km	1½ h
T07	Araçatiba - Gruta, Acaiá	Média	5 km	2½ h
-	Outras Trilhas		30 km	14 h

de massa verdejante da mata atlântica e, mais além, o imenso mar azul, belamente salpicado por ilhotas e tão enganosamente manso à distância. Mirando o mar, lembrei-me com saudade dos tempos em que morava no Rio e navegava naquele litoral, nas águas protegidas pela Restinga.

A Volta Leste

Antes de viajar, fale com a Turisangra (e com alguma agência de turismo), para checar os horários e as condições dos barcos. Sugiro também visitar o *site* da Ilha Grande, é bem informativo. Lá você verá que as diversas caminhadas são numeradas de 1 a 16 (ver mapa anexo). Embora tenha estado por três vezes na Ilha, estou longe de conhecê-la em detalhe, percorri pouco mais da metade de suas trilhas - embora tenha visitado praticamente todas as praias. Portanto, meus comentários poderão ser às vezes um tanto superficiais.

Comece pelo começo, ou seja, pelo Abraão, principal ponto de apoio ao ecoturismo. Além do Papagaio, você de lá poderá acessar com viagens de ida e volta três locais paradisíacos: Lopes Mendes, Dois Rios (cada qual com 7 km) e Caxadaço (10 km). O caminho para este último é uma derivação do anterior, cujo acesso é feito pela antiga estrada para o presídio desativado de Dois Rios. Note que as distâncias são apenas de ida. Aviso que nenhuma dessas praias tem estrutura para acampamento.

No sentido leste, você pode avançar por terreno plano até Parnaíóca, distante quase 20 km do Abraão, onde há (poucos) locais de pouso. Ou seja, terá de pernoitar lá e retornar depois. Em tese, você não poderia mais prosseguir, pois o trecho seguinte das Praias do Leste e Sul é fe-

chado à visitação — é lá que fica a Reserva Biológica. Com sorte, porém, poderá atravessar a região sem encontrar algum guarda ou ser retido pela cheia das lagoas, alcançando então o Aventureiro, cerca de 8 km depois.

A Volta Oeste

Já no sentido oeste, você pode dar praticamente a volta à ilha — serão algo como 35 km desde o Abraão até o Aventureiro, já no sul da ilha. Considere que você poderá encontrar rampas frequentes de talvez 150m entre enseadas e que seu ritmo não será provavelmente superior a 3 km/h. Acredito que o único acrive forte será no rumo do Aventureiro, quando você terá de subir quase 250m. O acesso a esta praia é limitado na alta estação, obtenha previamente seu passe na Turisangra.

As trilhas são razoavelmente (mas nem sempre) sinalizadas dentro de um mesmo padrão e belamente sombreadas, sendo em alguns casos bastante largas. Elas em geral seguem os cabos suspensos de força. O ideal seria talvez mesclar caminhadas com alguma navegação — neste último caso, para locais como o Saco do Céu ou a Lagoa Verde. Entretanto, nem sempre existe transporte econômico entre as diversas localidades. Que eu saiba, só há ligação regular das praias povoadas com Angra — como Abraão, Bananal, Araçatiba e Provetá.

Portanto, coragem — comece a andar do Abraão ou, se preferir, de Santana, 10 km depois. Durante boa parte do percurso, você encontrará habitações, pois a orla é esparsamente povoada. Naturalmente, existem pequenas vilas, como Araçatiba e Provetá. No Aventureiro, operam mais de 15 campings. Mas observe que retornar a Angra de lá pode ser problemático se o mar não ajudar.

Claro que você pode tentar fechar o circuito total de 60 km, atravessando as vedadas praias do Sul e Leste, chegando depois até Parnaíóca e, de lá, ao distante Abraão. Isto é bem mais viável na baixa estação. Veja a tabela anexa com distâncias e tempos estimados.

Visões do Passado

Mas nem tudo é espetacular na Ilha Grande, a ocupação humana lá deixou alguns testemunhos infelizes. Nos fins do século XIX, foi construído no Abraão um centro de quarentena para os imigrantes europeus enfermos. O Lazareto foi uma obra magni-



fica, mais tarde abandonado e transformado em prisão. Demolido por ordem do governador Lacerda, dele restam apenas sinistras ruínas, junto com as do aqueduto que o abastecia.

Havia na Ilha outra prisão, esta na praia de Dois Rios. Antiga colônia agrícola na fazenda de mesmo nome, foi transformada em presídio após a desativação do de Fernando de Noronha. Ele acolheu em seguida diversos presos políticos na época da ditadura. Foi implodido por determinação do governador Brizola, seu esqueleto manchando hoje de forma lamentável uma das mais belas enseadas da Ilha.

Houve também meia centena de naufrágios, durante os três séculos de batalhas entre o governo e os piratas — e até mesmo o de um helicóptero, na Lagoa Azul. Estas carcaças da história disputam hoje com os peixes o visual do mar. Mas existem também carcaças emersas — as tristes ruínas da fábrica de sardinha em Matariz (as demais foram felizmente adaptadas para pousadas) e a enorme cicatriz recente do trágico desabamento nas encostas do Bananal, visível desde longe.

Porém, foi pelo menos preservada a bonita igreja de Santana, cuja única torre espia o mar do alto de sua escadaria. Para mim, ela é a mais inspiradora construção de toda a Ilha, de quando os ativos engenhos de açúcar geravam crescimento e deixavam a expectativa de um progresso que não se realizou.

Contrastes da Ilha

Há muitas histórias sobre o rico passado da Ilha Grande. Relato a seguir algumas que me pareceram mais interessantes:

O Coqueiro do Aventureiro: Numa ocasião de forte tempestade, desabou da encosta um coqueiro, que veio parar nas pedras da costa. Apesar de caído, lá ele conseguiu criar raízes e evitar o mar. Com o tempo, voltou a crescer e envergou para cima o tronco, num impossível ângulo reto com o restante de seu corpo. Pode ser visto no canto direito do Aventureiro.

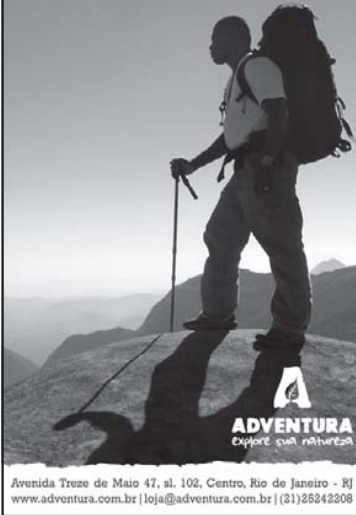
Lixo Preservado: As Praias do Sul e Leste ficam numa Reserva Biológica, cujo acesso é vigiado. Ente elas, corre o mais bem conservado rio do Estado, o único que não sofre qualquer ação humana da nascente à foz. Nesta situação, é inacreditável encontrar as praias mais imundas que jamais visitei, repletas de lixo dos navios em toda sua extensão. Custa a crer que foi preciso fazer uma Reserva para preservar todo aquele lixo.

Carnaval na Parnaíóca: A Praia de Parnaíóca, tão isolada e deserta, tinha até meio século atrás uma situação bem diferente (como antigamente também Dois Rios). Lá existiam fazendas de café, armazéns, escolas e muitas casas. Havia desfile de carnaval e campeonato de futebol. A produção era levada nas canoas de voga, esculpidas em um só tronco. Impulsionadas por quatro robustos remadores, levavam todo o dia para vencer as 20 milhas de mar até Angra. A decadência da pesca e a proximidade do presídio foram afastando os moradores, até restarem apenas três casais idosos, que hoje oferecem hospedagem. Nem os mortos podem mais ser lá enterrados.

O Pirata Jorge Grego: Uma das mais belas formações da região é a Ilha Jorge Grego, com seu contorno escarpado à frente da deslumbrante Praia de Dois Rios. Lá naufragou o pirata que lhe deu o nome, com suas duas filhas e um ajudante. Um dia, percebeu um romance de uma das filhas com o rapaz, que veio a matar. Jorge Grego foi castigado com

PREPARE-SE PARA CURTIR A NATUREZA

mochilas • alforjes • mochilas de hidratação • purificador de água • bolsas estanques para máquinas e celulares • bandana multiuso • moquetões • ferragens para escada • cadeirinhas • cordas e cordeletes • fitas • kit slackline • capacetes • fogareiro • alimentação liofilizada • repositores hidroeletrolítico em pastilhas • calçados • calças • casacos • meias especiais para caminhada • canivetes • lanternas • cantil • sacos de dormir • barracas



Av. Truza de Maio 47, sl. 102, Centro, Rio de Janeiro - RJ
www.adventura.com.br | loja@adventura.com.br | (21) 28242208

uma tempestade, que destruiu suas propriedades e afogou suas filhas. Sozinho, enlouqueceu até sua morte.

Visões do Paraíso

A meu ver, a Ilha Grande tem das praias mais bonitas do litoral sudeste, comparáveis às da Joatinga e superiores às da Ilhabela. São locais preservados, com areias claras e (em geral) limpas, e águas transparentes com lindas tonalidades de azul e verde. Muitas das encostas que as cercundam têm belos relevos verdejantes. Infelizmente, tem também das mais feias vilas de nosso litoral, bem como praias arruinadas pela má ocupação.

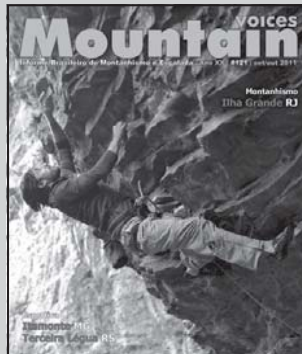
A mais famosa praia da Ilha é Lopes Mendes, com seu longo arco arenoso sombreado por amendoeiras, que encontra um mar de ondas ativas, boas para o surfe. Dois Rios talvez seja ainda mais bonita, devido a seu variado relevo ao fundo e seus estuários em cada extremidade. O Caxadaço é uma pequena enseada mágica, escondida entre dois costões. Mais além, a Enseada das Estrelas, cercada por mangles e palmeiras, reflete o céu noturno e, de dia, as mansas águas das Lagoas Verde e Azul fazem um encantador cenário colorido.

Na orla sul, de um lado fica a isolada e selvagem Parnaíóca, com a sua pequenina igreja e sua lagoa de água doce. De outro, a grande extensão das Praias do Sul e Leste, espetaculares na placidez de suas areias. O Aventureiro, reconhecida por seu coqueiro envergado na horizontal, será provavelmente o último ponto no seu percurso, onde você enfim dará adeus a este paraíso.

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.

Editores: Eliseu Frechou, Vitor B. Frechou, Artur B. Frechou e Jorge B. Frechou.
Contatos: Cx.Postal 28, São Bento do Sapucaí, SP, cep 12490-000. E-mail: mv@mountainvoices.com.br. Web site: www.mountainvoices.com.br. Agradecemos a todos os colaboradores deste número: patrocinadores, assinantes, e todas as pessoas que nos escreveram enviando artigos, críticas e apoio.



Capa: Thiago Balen na via O Herege, 9a. Gruta da Terceira Lágua, RS
Foto: Eliseu Frechou

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 30/01/2012.

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
 () Livro Com Unhas e Dentes - Sérgio Beck - R\$ 30,00
 () 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
 () DVD Terra de Gigantes - R\$ 25,00
 () DVD Lobotomia 2 Pedra do Baú e Região - R\$ 25,00
 () DVD Lobotomia 3 do PE ao RS - R\$ 25,00
 () Disco HD Dias de Tempestade - R\$ 25,00
 () DVD Karma - R\$ 25,00
Total00

121

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



DIAS 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

Equinox A Mais Completa Loja de Escalada e Montanhismo da Web!

E com os melhores preços também!

**Classic Mat
Camp Cassin**

Cordas Edelweiss

Grigri 2

Botas Hi-Tec

Lanternas Black Diamond

Luvas Black Diamond

Gridlock Black Diamond

**Venha Conferir:
loja.equinox.com.br**

verticale.com.br

LA SPORTIVA®

Cobra

R\$ 290.00

Katana

R\$ 355.00

Miura-VS

R\$ 405.00

Miura-W

R\$ 365.00

TCPro

R\$ 405.00

Contatos: neto@verticale.com.br / +55 21 3344 1665, Rio de Janeiro

DESFRUTE MELHOR DE SUAS AVENTURAS
PROTEGIDO DO FRIO!

anoraques | corta ventos | fleeces | calças | gorros | cachecol conquistamontanhismo.com.br