

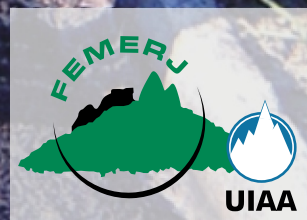
SETEMBRO / OUTUBRO - 2009



Centro Excursionista Petropolitano



IMPRESSO



www.femerj.org

www.cepetropolitano.org

Tel:(24) 2231-9557 cep@cepetropolitano.org

ANIVERSARIANTES DE JULHO / AGOSTO DE 2009

Aniversariantes de Setembro

Adriano Otávio Gomes Fiorini	16/09
Angela Rodrigues da Conceição	13/09
Daniel Evangelista Coelho	19/09
Eduardo Gelli Araujo	01/09
Francisco Balter Rodrigues	15/09
Francisco T. P. de Orleans e Bragança	28/09
José Paulo Ramos Martins	25/09
Lourenço Lustosa Fróes da Silva	01/09
Marcelo Correa Leal	17/09
Márcio Martins Moura	09/09
Marco André da Cunha Telles	21/09
Maria Helena Ramos Brand	05/09
Renato da Costa Maia	21/09
Roberto Reis Brand	27/09

Aniversariantes de Outubro

Ana Cristina Tesch Loureiro	16/10
Ana Paula Tesch Loureiro	24/10
Cyrlei Vieira	23/10
Daniel Menon Simões Moita	29/10
Eduardo Moreira Gomes	13/10
Efraim Ferreira Alves Filho	05/10
Francisco de Assis Amaral	04/10
Gilberto Aloisio Amaro	22/10
Lucas Burger de Mendonça	01/10
Luciano Vogel	03/10
Luiz Carlos Pereira	08/10
Marcelo Ferreira Borges Dias	26/10
Maurício Cordeiro de Mello	29/10
Rafael Duarte Ferreira da Silva	21/10
Renate Stille	22/10
Ricardo Maia Penna	01/10
Tiago Joffily Coutinho	01/10

EXPEDIENTE

Presidente:	Frederico Fadini
Diretor Técnico:	Fabiano Macedo
Dir. Admin.Financeiro:	Marcelo Theobald
Diretor de Patrimônio:	Marco Telles
Dir. de Comunicação:	Efraim Filho

TAXAS E MENSALIDADES

Mensalidade R\$ 45,00 (TRIMESTRE)
Excursão p/ não sócios R\$ 30,00

LEMBRETE

Segundo a alínea "a" do Art. 16º Capítulo II Dos Associados, Direitos e Obrigações é obrigação de todo associado manter o pagamento de suas mensalidades em dia. O sócio que se atrasar no pagamento de suas mensalidades poderá ter suspenso os seus direitos sociais, e o que se mantiver neste atraso por mais de 3 meses, será passível de eliminação do quadro social". Portanto, pague suas mensalidades em dia, colaborando para que o CEP se mantenha organizado.

PARNASO

Excursões, abertura de novas trilhas de caminhada ou novas vias de escalada, dentro dos limites do Parque, deverão ser solicitadas à direção, por escrito, conforme determinações no site

www.icmbio.gov.br/parnaso

MARIA COMPRIDA

Excursões deverão ser solicitadas ao proprietário do terreno por onde passa a trilha que leva à Maria Comprida, com 72 horas de antecedência.

Jaime Delcueto - tel (21) 2549.7890 / (24) 2225.0455
/ cel (24) 9212.4422

E-mail: delcueto@visualnet.com.br

Fundado em 15 de maio de 1958

Rua Irmãos D'Angelo, 39 s/l 05 - Centro Petrópolis,
Rio Janeiro CEP: 25685-330

**ABERTO ÀS SEGUNDAS, SEXTAS E SÁBADOS
DAS 19:00H ÀS 21:00H**

De Utilidade Pública Sede Própria.
Tel (0xx24) 2231-9557

www.cepetropolitano.org
cep@cepetropolitano.org

Foto da Capa

Estrada BR - 040 sentido Quitandinha X Itaipava.

Foto: Willian

Este boletim é um informe bimestral, destinado não somente aos associados do CEP, mas a todo o excursionista brasileiro, sem fins lucrativos, assim como a entidade a qual representa. Os artigos nele contidos refletem a posição dos autores e não necessariamente da instituição. O CEP não se responsabiliza pela má interpretação dos artigos aqui contidos, nem pelo uso ou mau uso deles.

O CEP não se responsabiliza por acidentes pessoais ocorridos durante as excursões.

Matérias são bem vindas, preferencialmente em arquivo, a fim de facilitar o trabalho de edição.

A reprodução do conteúdo deste boletim pode ser feita, desde que mencionado o nome do Centro Excursionista Petropolitano o mês e o autor.

Excursões de Setembro e Outubro de 2009

Data	Excursão	Classificação	Guia	Local
11/9/2009	Projeção de Fotos Cordilheira Blanca	Livre	Nicolau Araujo	Sede do CEP
12/9/2009	Pr. Vogel	2 III	Fabiano Macedo	Morro da Formiga
13/9/2009	Alcobaça	Semi Pesada	Fred	PARNASO
19/9/2009	Pinheirinhos	Pedalada	Efraim Filho	Caxambú
20/9/2009	Escalavrado	Caminhada Leve	Fabiano Macedo	PARNASO
26/9/2009	Cabeça de Cachorro	Diversas	Efraim Filho	Reserva do Alcobaça
27/9/2009	Pico do Glória	Cam. Pesada	Lourenço Frões	PARNASO

OUTUBRO

Data	Excursão	Classificação	Guia	Local
3/10/2009	Caminho do Imperador	Pedalada	Efraim Filho	Rocio
4/10/2009	Meus Castelo	Caminhada	Paulo Lucio	Serra da Estrela
10/10/2009	Pedra Comprida "SER"	Diversas	Efraim Filho	Bonfin
11/10/2009	Pilatos	Caminhada Semi Pesada	Fabiano Macedo	PARNASO
17/10/2009	Parque São Vicente	Pedalada	Efraim Filho	Quitandinha
18/10/2009	Pedra do Retiro	Caminhada	Marcelo Garcia	Retiro
24/10/2009	Vale do Cuiabá	Pedalada	Adriano Peixoto	Itaipava
25/10/2009	Cabeça de Cachorro	Diversas	Efraim Filho	Reserva do Alcobaça
31/10/2009	Pedra do Elefante	Escaladas Diversas	Fabiano Macedo	Posse

Associados do CEP pagam 50% menos na entrada no PARNASO.

**Apresentando o boleto de pagamento em dia junto à carteira de identidade.
Sócios do CEP têm direito a meia entrada no Parque Nacional.**



CAMINHADAS



MTB



ESCALADAS

OS LINK'S ESTÃO FUNCIONANDO! BASTA DAR UM CLICK.

www.cepetropolitano.org



Comunicados

O CEP tem como finalidade e objetivo social:

I. Praticar, desenvolver e estimular o montanhismo, fazendo-o em caráter estritamente amadorista;

II. Promover a cultura física e o bem estar entre seus associados através do contato com ambientes naturais;

III. A defesa, preservação, conservação do meio ambiente e promoção do desenvolvimento sustentável, especialmente através da natureza e da educação ambiental, o que pressupõe:

a) contribuir com a administração das Unidades de Conservação na proposição de idéias e práticas que contribuam para os objetivos previstos nos respectivos planos de manejo;

b) a preservação dos componentes representativos de vida silvestre, suas espécies, comunidades e ecossistemas, garantindo a proteção da biodiversidade, e a consistência dos biomas;

c) a conservação do patrimônio paisagístico, cultural, urbanístico-arquitetônico, artístico e histórico, perpetuando-os para as futuras gerações;

d) a promoção da legislação ambiental municipal, estadual, federal e internacional;

e) a promoção da cultura, defesa e conservação do patrimônio natural, histórico e artístico das áreas onde atua.

IV. Promover festividades, celebrações e cerimônias que mantenham e avivem as tradições e costumes relacionados ao montanhismo;

V. Orientar os sócios que tenham de fazer viagens, dando-lhes, quanto possível, auxílio nas informações solicitadas;

VI. A contribuição na realização de estudo, pesquisa, produção, divulgação de informações e conhecimento técnico e científico relacionado ao desenvolvimento sustentável, meio ambiente e a preservação da natureza;

VII. A promoção do voluntariado;

VIII. Promover o cumprimento das leis ambientais;

IX. Despertar e valorizar o gosto pela fotografia como fator imprescindível no documentário das excursões.

Continua ...

Comunicados

Durante a edição anterior falamos sobre os acessos às montanhas de forma a enfatizar a necessidade de manter estes Monumentos Naturais abertos à visitação e interação de todos que assim desejarem. Gostaríamos de informar que as ações não se encerraram e que muita coisa vem sendo feita:

Projeto de Acesso às Montanhas I

O Centro Excursionista Petropolitano está consolidando sua posição de porta-voz do montanhismo em Petrópolis. No dia 16 de junho, apresentamos ao prefeito de nossa cidade, Paulo Mustrangui, um relatório sobre o acesso às montanhas em nossa cidade. A reunião foi realizada na sede do executivo municipal e contou com a presença do secretário municipal do meio ambiente, Luiz Eduardo Peixoto, do representante do INEA (Instituto Estadual do Ambiente) e cephense André Ilha, do presidente do CEP, Frederico Fadini, e dos associados Renato Walter e Waldyr Neto.

No relatório entregue constava a real situação de acesso às montanhas em nosso município, que se encontra ameaçado pela especulação imobiliária e pela ocupação desordenada de nossas encostas.

Argumentamos que o problema citado tem reflexos não só na tradicional prática do montanhismo, mas também no turismo, na educação ambiental e na prática da cidadania em nossa região.

Nosso prefeito demonstrou estar familiarizado com a prática do montanhismo e chegou a citar alguns de seus passeios: Cobiçado, Alto da Ventania...

Ao final da reunião, sensibilizado com o problema, Mustrangui pediu ao secretário de meio ambiente que cuidasse pessoalmente do assunto, amparado pelo Centro Excursionista Petropolitano.

Agora só nos resta torcer para que tenhamos conseguido cumprir com nosso dever de alerta e para que nossas autoridades tomem as devidas providências.

Projeto de Acesso às Montanhas II

Na semana seguinte ao encontro realizado na Prefeitura de Petrópolis, fomos procurados pelo jornal "O Globo" para a realização de uma matéria no caderno "Serra" sobre o relatório entregue na reunião.

No dia 23 de junho, a reportagem foi recebida em um dos acessos à Pedra do Retiro, na rua Henrique Dias, onde um condomínio havia fechado o acesso que passa pelas minas de prata.

A matéria saiu no dia 04 de julho e já está dando o que falar! Foi aberta uma enquete para os leitores comentarem se já foram barrados em alguma caminhada.

Vamos torcer para que tenhamos o retorno esperado!

E é por todos estes motivos que o CEP junto a nossa sociedade deve buscar continuar a desenvolver nossas atividades junto as montanhas, e como nosso lema diz:

Sempre em frente...

Por:

Frederico Fadini Presidente do Centro Excursionista Petropolitano e Efraim Filho diretor de Comunicação

www.cepetropolitano.org

Comunicados

AS NOVAS CARTEIRINHAS JÁ ESTÃO NO CLUBE.



Para os que já enviaram as fotos favor passar na sede e retirar a sua.

A festa de 20 anos do Tchassa

Aconteceu no dia 15 e 16/08, a festa de comemoração dos 20 anos do Tchassa e do Borré no CEP + aniversário do Fabiano, Jeferson, Lourenço, festa que começou na tarde/noite de sábado e acabou no Domingo. A festa foi do tipo americana Foi uma Festchassa!!!! Agradeço a presença de todos, o carinho e por tudo na festa... O Discurso do Sr. Presidente foi emocionante e o meu foi o tradicional de sempre. O vídeo institucional dos 20 anos do Tchassa no CEP que o Efraim fez com a ajuda da galera, ficou muito engraçado... Adorei a surpresa de projetar na hora onde todos assistiram e riram muito. Comida, bebida e alegria foi o que não faltou, até sobrou... Aos que não puderam ir fica o carinho por suas justificativas... E caso queiram assistir o vídeo institucional:

<http://www.youtube.com/watch?v=hyf9nvaqa6e>



Ou podemos marcar um dia para assistimos na nossa sede social com direito a cerveja e amendoim tutti. (Né, Jeferson?).

Agradecimento em especial para o Lourenço e seus Pais Leonardo e Regina por ter cedido o espaço para a festa, o Sítio Peti Terra.

"Fico muito feliz e emocionado, pois a amizade no CEP e para sempre..." Sempre em festa e sempre em frente. Muito obrigado a todos!!!

Julian Kronenberger (Tchassa)

Novos e Usados

VENDO:

Par de **Rodas Aero**, preto aro 26, cubos de rolamento com saque rápido e raios de inox.
Contato: Efraim Filho (24) 2245-4748 ou e-mail: rioadventure@yahoo.com.br

Vendo Magnásio 100gr por R\$10,00.
Contato Fabiano macedo (24) 2248-0031 ou fabiano.macedo@oi.com.br

Bastões de caminhada

Os bastões de caminhada auxiliam nas trilhas e caminhadas mais difíceis, tornando essa tarefa mais prazerosa. A seguir uma avaliação com quatro modelos conhecidos pela sua qualidade.

Algumas características importantes:

Dobradiças >> Os bastões são feitos de duas ou, geralmente, três partes ou seções que podem ser encurtadas ou expandidas. Isso permite que eles sejam mais facilmente guardados na mochila e ajustados com precisão para a altura do usuário e para o tipo de terreno que ele enfrentará. Dica: na descida, aumente o comprimento dos bastões; na subida, encurte-o. Há ajustes por rosca, por fivela ou botão. O por rosca tem manuseio mais simples, mas se solta mais facilmente.

Material >> O alumínio é o material mais comum, já que é mais barato e agüenta o tranco. Titânio custa mais, é mais leve e mais forte que o alumínio. Ele também te “devolve” mais energia, ao contrário dos materiais mais macios, que absorvem parte da pressão que você aplica neles. O carbono, por sua vez, não é tão forte quanto os outros, mas tem maior capacidade de absorção e é superleve.

Design >> A parte de baixo dos bastões geralmente é feita de metal, mais resistente e barato, mas existem modelos que têm essa parte em carbide, um composto de carbono. Ao comprar um par de bastões, confira se essas partes são substituíveis, já que recebem mais impacto e podem quebrar. Junto com os bastões são vendidas pontas de borracha em vários formatos e materiais escolha de acordo com o terreno (areia, terra ou pedras).

Na pegada >> Os punhos dos bastões de caminhada modernos são inclinados para frente entre sete e 15 graus, o que oferece melhor ajuste ergonômico e uma posição mais confortável para os pulsos. Resultado: mais peso nos bastões e menos em suas pernas. Os punhos podem ser de borracha, cortiça ou espuma experimente-o antes de comprar.

Com ou sem amortecimento? >> Os modelos com sistema de amortecimento de choque são ótimos para minimizar impactos, mas esse amortecimento representa também perda de energia. Para caminhadas com mochilas muito pesadas, um bastão sem amortecimento é mais útil.

Agora que você já tem uma idéia de como eles são fabricados e como suas funções ajudam a caminhada, vou colocar algumas situações onde um bastão pode fazer a diferença.

01 - Durante as passagens por sobre pedras, riachos e passarelas ajuda a equilibrar.

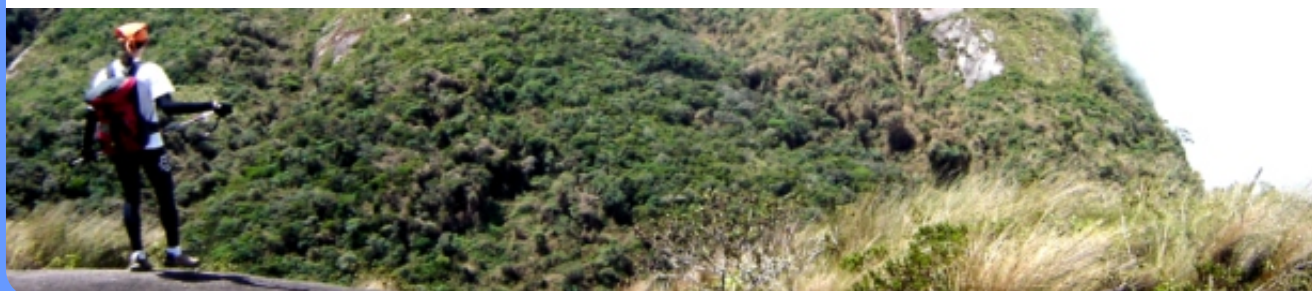
02 - Alivia as tensões nos joelhos, lombar e ajuda subir degraus altos.

03 - Durante as descidas acentuadas, utilizado como freio para não escorregar.

04 - Quando cruzamos terrenos com vegetação densa, ou rasteira podemos checar qualquer buraco, ou acidentes ocultos pela vegetação.

05 - E ainda sua estrutura permite até utilizarmos junto com um cantil, e criarmos uma bica para lavarmos as coisas.

06 Estrutura para bivaque ou para esticar uma lona, ou até mesmo como tala, no caso de S.O.S. ou ainda para ajudar alguém se afogando caso não tenhamos uma corda por perto.



Bastões de caminhada

Alguns preferem usar os dois eu particularmente não gosto de utilizar os dois em trilhas muito fechadas. Abaixo, segue alguns modelos encontrados nas lojas, uma boa escolha e boas caminhadas.

1-MONTAGNE EM FIBRA DE CARBONO R\$ 255

Mais leveza com esse modelo da Montagne de fibra de carbono (265 gramas o par). O bastão é formado por três seções, com duas regulagens de rosca. A manopla (pegador) é antideslizante e, para completar, a alça de neoprene pode ser destacada por meio do velcro. Aberto, cresce até 1,40 metro e possui ponta de vídia (um tipo de metal extremamente duro). Tem sistema de amortecimento, com trava de acionamento.

265 gramas. www.montagneoutdoors.com.ar

2-KAILASH TREK COMPACT II R\$ 49,50

O par desse modelo serve como estrutura de montagem da barraca Smart II, da mesma marca. Fabricado em alumínio, o Compact II tem manopla de borracha aderente e sistema de amortecimento por meio de molas internas, com opção de uso ou não. Assim como todos os outros modelos desta página, também tem três seções e duas roscas de regulagem. Expandido ao máximo, chega a 1,35 metro.

290 gramas. www.kailash.com.br

3-DECATHLON QUECHUA FORCLAZ 500 R\$ 89

Pesando 300 gramas, o Forclaz 500 é uma opção aos aventureiros que não querem investir as calças num bastão de caminhada. Este modelo expande até 1,40 metro e também tem sistema de amortecimento por meio de molas, como os outros modelos apresentados aqui. O lado interno da alça de punho é de neoprene, bem confortável.

300 gramas. www.quechua.com

4-AZTEQ TELESCOPIC R\$ 95

O bastão de fibra de carbono da marca brasileira Azteq pesa 280 gramas e tem punho de cortiça ergonômico. Aberto, chega a 1,35 metro e possui sistema de amortecimento com opção de travamento.

280 gramas. www.azteq.com.br



Fonte: <http://gooutside.terra.com.br/>

Adaptado por: EFRAIM FILHO

GREIM Resgate da Guarda Civil

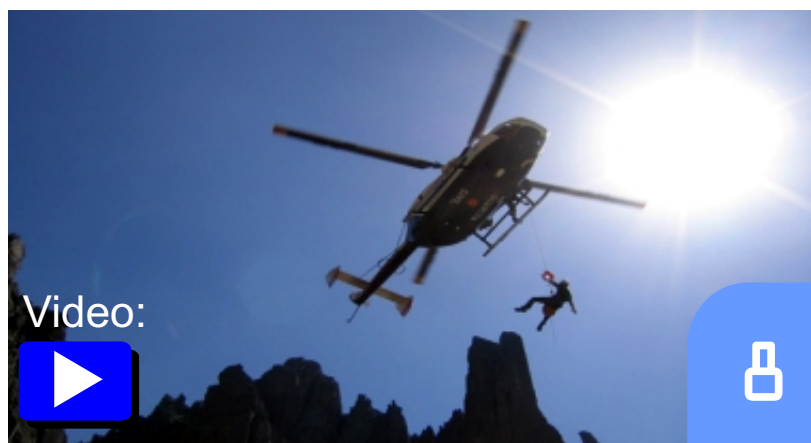
Achei muito legal o trabalho feito lá fora pelo **G.R.E.I.M.** como é chamado este grupo de resgate e coloquei aqui uma matéria. A sigla **G.R.E.I.M.** Significa:

Grupo Rural Especial de Intervenção em Montanha e atua nas montanhas espanholas.

Há 40 anos a Guarda Civil montou um grupamento especializado em resgate em montanha, e hoje atua com aproximadamente 250 resgatistas em toda a Espanha. E no ano de 1981 deram início aos trabalhos com helicópteros. Em 1991 foi reconhecido entre os quatro melhores grupos de resgate do mundo, junto com a França, Suíça e Áustria.

Os resgatistas passam por um curso de 4 meses, e atuam em várias frentes, como a escalada em rocha, em gelo, com esqui de montanha, espeleologia, resgate de canyoning, e com a ajuda de helicópteros.

Além de missões de rotina na preservação de áreas naturais e ajuda a população em geral. As imagens valem à pena!



Video:



Mobilidade Sustentável

Na mobilidade podemos ser pedestres, ciclistas, usuários de transportes coletivos, motoristas e ser afetados pela renda, idade, sexo e a capacidade de mobilidade (permanentes e provisórias).

Meio urbano oferece condições desiguais de acessibilidade: características dos terrenos; tratamento físico dado às vias e aos passeios; a existência de redes regulares de transporte urbano; a qualidade dos seus serviços e o preço dos mesmos; a sinalização e os sistemas de controle do uso do sistema viário e as calçadas; a existência ou inexistência de ciclovias.

Qualidade de vida para as cidades brasileiras implica na adoção de medidas destinadas a garantir uma **mobilidade urbana** que vise à acessibilidade para todos aos serviços e combata educacionalmente e com eficácia o genocídio no trânsito; que atue com efetividade na melhoria das condições ambientais, reduzindo a poluição nos espaços públicos, e os desperdícios de energia. Que promova a articulação entre os diferentes segmentos sociais contribuindo para a redução da exclusão e amplie solidariedade social; que promova a coesão geográfica, eliminando ou minimizando a formação de guetos; e que priorize a acessibilidade e a mobilidade as pessoas e não aos veículos.

Transporte Sustentável:

Definição da OCDE: (Organização de Cooperação e de Desenvolvimento Económico)

"transporte que não coloque em risco a saúde pública ou ecossistemas e que atenda às necessidades de mobilidade de forma consistente com (a) o uso de recursos renováveis em níveis abaixo de suas taxas de regeneração e (b) o uso de recursos não-renováveis em níveis abaixo do desenvolvimento de substitutos renováveis". "um transporte que não coloca em perigo a saúde pública e os ecossistemas e que respeita as necessidades de mobilidade. É compatível com":

Mobilidade Sustentável:

"Tem como objetivo principal a redução dos impactos ambientais e sociais da mobilidade motorizada existente, e busca a apropriação equitativa do espaço e do tempo na circulação urbana, priorizando os modos de transporte coletivo, a pé e de bicicleta, em relação ao automóvel particular.

O Centro Excursionista Petropolitano apóia esta iniciativa, e apoiamos todos que de uma forma ou de outra levantar esta bandeira "BICICLETA" a fim de incentivar não somente os associados, mas também a todos que pedalem, ou irão pedalar a compartilhar as ruas da nossa cidade de forma mais humana e igualitária.



Para saber mais visite:

<http://www.transportes.gov.br/cpma/cap01.htm>

É uma faixa pintada nas vias públicas onde a bicicleta é integrada ao trânsito de veículos, motorizados separada somente por uma faixa ou um separador físico. Ver foto: 01.

CICLOFAIXA



PETRÓPOLIS PEDALANDO POR UM TRÂNSITO MAIS HUMANO.

Fim da Temporada e Agora?

Bom, sabemos que a temporada de montanha esta chegando ao fim, mas isto não significa parar de escalar. As chuvas de verão e o calor são condições que dificultam às escaladas porem, tem uma medida que pode facilitar o nosso treinamento.

O muro de escalada ou ginásio de escalada. E sim é verdade que escalar na rocha é sempre mais complexo, e gratificante, o que não exclui uma vez ou outra, principalmente quando o tempo não ajuda, treinarmos em MUROS ARTIFICIAIS.

O muro oferece uma gama de desafios para todos os tipos de escaladores, além de proporcionar ao praticante, a liberdade de testar movimentos e rotas que dificilmente arriscaria nas paredes naturais, a não ser que já tenha bastante prática, e ainda conta com instrutores e pessoas que sempre dão um força para você fazer aquele lance mais difícil. Geralmente coberto, e com inúmeras opções de inclinação e diversos tipos de agarras, rotas variadas os muros de escalada são uma ótima forma de manter as escaladas durante os meses fora de temporada. Por isso amigos escaladores, não fiquem tristes pela temporada 2009 estar no fim, logo... logo, o verão chega e com ele as cachoeiras, as praias, e até mesmo aquelas escaladas durante os períodos mais amenos do dia no seu point favorito.

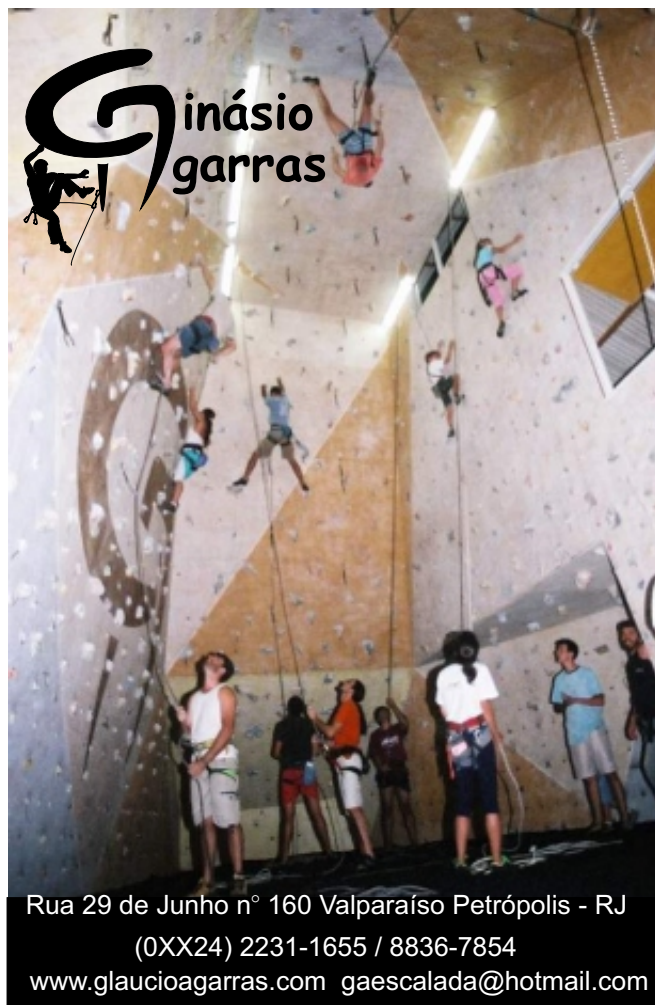
Em Petrópolis temos o **GA Ginásio e Agarras de Escalada**.

Veja o video no Youtube:

<http://www.youtube.com/watch?v=te-f6f3m9l4>

Procure na sua cidade ou local onde mora por esta opção de escalada e veja se o Ginásio que você procura não esta nesta lista:

<http://www.indoorclimbing.com/brazil.html>



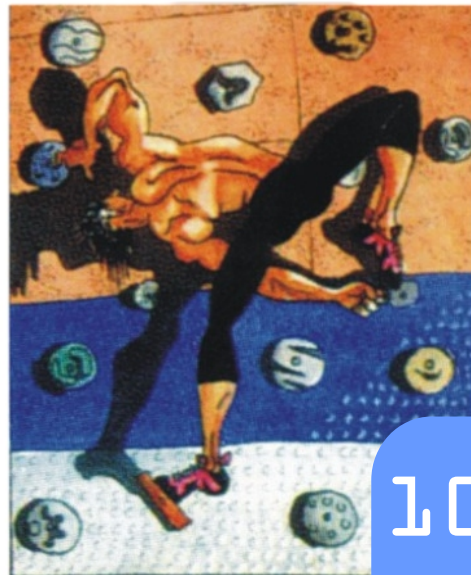
Equilíbrio



Alongamento



Técnica



Internacionais

Os resultados da Copa do Mundo de Escalada Esportiva em Barcelona, Espanha, com a participação dos brasileiros. O jovem checo Adam Ondra e a eslovena Maja Vidmar faturam o primeiro lugar.

Para o resultado oficial, vá até o site da IFSC. [clicando aqui](#).

O grande destaque desta vez foi a classificação dos brasileiros Felipe Camargo e Cesar Grosso para as semifinais, feito já considerado muito difícil. A colocação final em Barcelona ficou com o 26º. lugar para o Felipe Camargo e um incrível e inédito 15º. lugar para o Cesarinho, deixando para trás muitos escaladores de renome internacional. Este resultado é sem dúvidas um motivo de comemoração, pois evidencia que, no nível internacional de competições, nossos atletas possuem enorme potencial!



O VIDEO FALA TUDO.

FILMES e DVD'S

Como prometido, nossas sessões de cinema serão às 7:00 na sede do CEP.

Os filmes exibidos serão:

Filmes de esportes, montanha e documentários.

Como consta nas edições anteriores, ainda estamos montando nossa videoteca.

Para colaborar conosco envie o seu DVD para nosso endereço ou entregue na nossa sede.

FIQUEM LIGADOS.

Os títulos apresentados serão divulgados na nossa programação.

VÍDEOS ONLINE

Para visualizar click no link.

Resgate com o G.R.E.I.M. www.youtube.com

Adam Ondra (Copa do Mundo Escalada) www.youtube.com

O uso da bicicleta como meio de transporte [Globo Videos](#)

Carta ao leitor

Estamos buscando maior interação com os nossos leitores. Para isso gostaríamos de sua opinião, e estaremos à disposição para esclarecimento de dúvidas ou recebimento de matérias.

Para isso entre em contato.

www.cepetropolitano.org

Conheça alguns modelos de BICICLETAS.



Lowriders

Lembra daquela bicicleta do tempo do seu avô? Então esta é uma Lowrider, atual, feita de alumínio e componentes modernos, mas ainda preserva todo o estilo.

São máquinas de corrida feitas de material ultra leve e com características que são bem particulares. O que as tornam verdadeiras obras de arte da engenharia moderna.



Speed



A ultima geração de bicicletas, feitas apenas para descer montanhas e trilhas. O que acabou por definir uma nova categoria no esporte conhecido também como **Downhill**.

DH

Para conhecer mais visite:
www.escoladebicicleta.com.br

