



Centro Excursionista Petropolitano

www.compuland.com.br/cepetro

cepetro@compuland.com.br

INFORMATIVO MARÇO / ABRIL - 2006

IMPRESSO

ANIVERSARIANTES MAR/ABR

Manoel de Souza Lordeiro	11/03
Paulo Vitor Penna da Rocha	13/03
Luciano Bender da Silva	15/03
Adriano Peixoto Alves Soares	16/03
Marisa Fabiana Nicolás	17/03
Soraia Santos da Silva	18/03
Fernando Fernandes Varanda	25/03
Helena Pellegrini Nicodemus	27/03
André Lourenço Simões da Costa	01/04
Leonardo Salvatore	04/04
Raquel Oliveira de Lucena	04/04
Frederico Luiz Marmo Fadini	07/04
Victor Penna da Rocha	12/04
Endre de Gyalokay	14/04
Gustavo Correa M. T. do Prado	14/04
Jaci Francisco da Fonseca Correa	16/04
Waldyr Garcia de Oliveira Neto	17/04
Daniela Vogel	20/04
André Torráo Aragão	27/04

LEMBRETE

Segundo o Art. 23º do Capítulo V dos Estatutos dos CEP, “o sócio que se atrasar no pagamento de suas mensalidades terá suspensos 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.

PARNA – SO

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.ibama.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

TAXAS

Mensalidade	R\$ 15,00
Matricula	R\$ 30,00
Excursão p/ não sócios	R\$ 30,00

Este boletim é um informe bimestral, destinado não somente aos associados do CEP, mas a todo o excursionismo brasileiro, sem fins lucrativos, assim como a entidade a qual representa. É integralmente patrocinado pelos anunciantes. 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. Segundo o Art. 71º de seus Estatutos, “o CEP não se responsabiliza por acidentes pessoais ocorridos durante as excursões”. Matérias são bem vindas e, de preferência, em disquetes a fim de facilitar o trabalho de edição. A reprodução do conteúdo deste boletim pode ser feita, desde que mencionado o nome do CEP, o mês e o autor.

EXPEDIENTE

Presidente:	Waldyr G. Neto
Diretor Administrativo:	Jaci Correa
Diretor Técnico:	Renato Walter
Diretor Tesoureiro:	Rafael Silva
Diretor Cultural:	Frederico Fadini
Diretor Divulgação:	Marcelo Mussel

Fundado em 15 de maio de 1958 – Rua Irmãos D’Angelo, 39 s/l 05 – Centro – Petrópolis – RJ – CEP: 25685-330 Aberto às segundas, sextas e sábados das 19:00h às 21:00h – de Utilidade Pública – Sede Própria. Tel (0xx24) 2231-3184
Home-page: www.cepetro.cjb.net
E-mail: cepetro@compuland.com.br

SOS Cachoeira da Macumba

No dia 5 de março os montanhistas do CEP vão promover um grande evento cujo objetivo será recuperar a Cachoeira da Macumba, um dos atrativos naturais mais bonitos de Petrópolis.

Nos anos 80 o lugar era conhecido por muitos como “Poço 13”, por ficar no Km 13 da estrada que liga Itaipava a Teresópolis. Por ficar em local afastado e não servido por linhas de ônibus, a cachoeira e toda sua área de entorno eram relativamente bem preservadas.

Em meados dos anos 90 o lugar começou a sofrer grande degradação, causada em grande parte pelo seu uso para fins religiosos. Praticantes de umbanda começaram a abrir grandes clareiras para realização de seus ritos, e ao final deixavam espalhados na mata uma grande quantidade de lixo e oferendas. O lugar passou a ser mais conhecido como Cachoeira da Macumba, por motivos óbvios.

Para completar a degradação do lugar, uma irresponsável equipe de produção de uma versão italiana do Big Brother que ocorreu em 2005 nos arredores de Itaipava utilizou o lugar para realização de uma das provas do programa. Assim, mais de 20 grampos foram espalhados nas proximidades da cachoeira. Até uma perigosa escada de vergalhões foi chumbada na rocha, para dar acesso ao platô da cachoeira principal. Coisa totalmente desnecessária, considerando que é possível subir neste platô por uma tranqüila trilha na mata. Quem visitar hoje a Cachoeira da Macumba vai encontrar um lugar sujo e degradado.

Por conta disso, o CEP vai organizar um grande mutirão de recuperação do local, que envolverá três frentes de trabalho:

- **Equipe 1: Mutirão de limpeza:** Coordenada pelo guia Jaci Corrêa, fará a retirada do lixo do local.
- **Equipe 2: Retirada dos grampos e ferragens em excesso:** Coordenada pelo guia Renato Walter
- **Equipe 3: Demarcação da trilha original e reflorestamento das áreas desmatadas:** Coordenada pelo guia Waldyr Neto, com apoio e doação de mudas por parte da Secretaria de Meio Ambiente de Petrópolis.

Todos os sócios do CEP estão convidados a ajudar neste esforço de devolver a Petrópolis um dos seus cartões postais mais bonitos. O evento será noticiado no jornal Tribuna de Petrópolis, convidando a população a ajudar nos trabalhos de limpeza. Serão deixadas no local placas informativas orientando os futuros visitantes quanto ao comportamento ecológico esperado.

Sempre em Frente !!

Programação de Março

04/03 – Sábado

Escaladas no Cabeça de Cachorro
Escaladas Diversas
Guia: Waldyr Neto

05/03 – Sábado

SOS – Cachoeira da Macumba
Trabalhos de Limpeza. Recuperação e Plantio de Mudas
Guia: Waldyr Neto, Jaci Corrêa e Renato Walter

11/03 – Sábado

Morro do Alicate – PARNASO
Caminhada Leve Superior
Guia: Marco Telles

12/03 – Domingo

Pinheirinhos – de Bota ou Bike
Recreativa
Guia: Jaci Corrêa

18/03 – Sábado

Blocos no Morro da Formiga – Cascatinha
Escaladas Diversas
Guia: Waldyr Neto

19/03 – Domingo

Volta da Jacuba
Pedalada semi-pesada, nível técnico fácil
Guia: Waldyr Neto

25/03 – Sábado

Pr. Giabra via Var. Bulldog Nervoso
Escalada de 4º V – Morro da Formiga
Guia: Marcelo Mussel

26/03 – Domingo

Pedra do Cortiço – São Sebastião
Caminhada Leve
Guia: Jaci Corrêa

Programação de Abril

01/04 – Sábado

Escaladas na Babilônia - Urca
Escaladas Diversas
Guia: Waldyr Neto

02/04 – Domingo

Circuito das Videiras – Vale das Videiras
Pedalada semi-pesada, nível técnico fácil
Guia: Waldyr Neto

08/04 – Sábado

Escaladas no Monte Florido
Escaladas 2º III e 3º III
Guia: Marcelo Mussel

09/04 – Domingo

Pedra do Sino - PARNASO
Caminhada semi-pesada
Guia: Waldyr Neto

16/04 – Domingo

Morro Açú – PARNASO
Caminhada semi-pesada
Guia: Jaci Corrêa

14 a 16/04 – Semana Santa

Serra do Cipó e Lapinha
Caminhadas e Escaladas diversas
Guia: Waldyr Neto

21/04 – Tiradentes

Descida do caminho do trem – Serra Velha
Pedalada Leve, nível técnico Médio
Guia: Waldyr Neto

22/04 – Sábado

Dedo de Deus – via Leste – PARNASO
Escalada de 2º III
Guia: Renato Walter

23/04 – Domingo

Taquaril - Brejal
Caminhada semi-pesada
Guia: Jaci Corrêa

29/04 a 01/05 – Dia do Trabalhador

Invasão dos Três Picos – Nova Friburgo
Caminhadas e Escaladas Diversas
Guia: Alexandre Motta e Adriano Peixoto

Volta da Ilha Grande

Por Waldyr Neto

Conhecer a Ilha Grande era um sonho antigo. Curiosamente, com mais de 20 anos de excursões pelo CEP, contando com muitas viagens e travessias, nunca havia pisado na Ilha Grande, que está tão pertinho...



Então, quando comecei a planejar minhas férias junto com a Gisele neste verão de 2006, surgiu a idéia de dar a volta na Ilha. Pesquisamos sites, conversamos com quem já esteve lá e montamos um roteiro básico. Nas mochilas, além de toda a parafernália óbvia para quem vai passar dez dias acampando, os indispensáveis filtro solar, repelente, hipoglós, além de mapas e uma providencial tábua de marés, item facilmente encontrável em sites de meteorologia. No quesito alimentação, sabendo que a trip seria longa, resolvemos incrementar um

pouquinho, levando mais do que os tradicionais macarrões instantâneos.

1º Dia: Passeando no Abraão

Com as mochilas montadas partimos de Petrópolis e chegamos no cais de Angra, onde estacionamos o carro e negociamos uma embarcação para Abraão. Ao chegar na “capital” da Ilha Grande, nos acomodamos num camping e saímos para uma caminhadinha pelas trilhas próximas. Conhecemos as ruínas do sombrio Lazareto e o impressionante Aqueduto, onde começa a trilha que pegaríamos com mochilão dois dias depois. Na volta encontrei numa lojinha de artesanatos, uma edição do providencial Guia de Trilhas da Ilha Grande, que nos foi muito útil no planejamento final da aventura.

2º Dia: Pico do Papagaio



Montei uma mochila de ataque e assim partimos para o Pico do Papagaio, cartão postal da Ilha com 982 metros de altitude. Subimos caminhando pela estradinha que liga Abraão a Dois Rios e pegamos a trilha ao lado de uma placa de sinalização. A subida é bem constante e forte, praticamente toda na sombra. Nessa trilha tivemos nosso primeiro contato com os macacos bugíós, que rugiam assustadoramente ao longe. O final da trilha é muito bonito, margeando uma grande rocha branca e

alcançando o cume por uma crista. O visual é lindo e vale o esforço. Na volta fomos para a praia comemorar nosso “aquecimento” para a jornada que começaria no dia seguinte.

3º Dia: Abraão – Bananal

Desmontamos acampamento, tomamos um café reforçado e finalmente botamos as mochilas nas costas. Como era o primeiro dia de nossa jornada ao redor da Ilha, as mochilas estavam com um peso insano.

A decisão era fazer a volta no sentido anti-horário, começando pelo lado voltado para o continente. Fomos então caminhando pela agradável trilha que sai de Abraão à esquerda do píer, passamos pelo Lazareto e pegamos a leve subida até o Aqueduto, onde tiramos umas fotos e partimos trilha acima. A primeira subida já era bem forte, como um prenuncio do que seria a tônica de toda a travessia. Chegamos ao topo suando em bicas e a Gisele já parecia tão arrependida... Mas iniciamos a descida e logo chegamos na praia da Camiranga, onde finalmente tiramos as mochilas das costas e fizemos um rápido lanche. Mochilão nas costas

de novo, partimos caminhando alternando areia e trilha, pelas praias que compõem a Enseada das Estrelas: Praia do Perequê, de Fora, Manguesal, Praia do Galo, do Conrado e finalmente encontramos uma padaria no Saco do Céu. Era meio dia, sol de rachar. Tiramos as mochilas e nos esticamos nuns banquinhos de madeira. A Gisele chegou a dormir. Aproveitamos para comer deliciosos pães doces e nos preparamos para seguir em frente.



A retomada foi uma forte subida. Muito suadouro depois, iniciamos a descida que termina na praia do Funil, a menor da Ilha. Mais um pouquinho e chegamos na pequena Japariz, com bares lotados de turistas que chegam em imensas escunas. Seguimos por uma larga trilha e finalmente chegamos na bonita igreja de Freguesia de Santana, que já foi o povoado mais importante da Ilha. Aproveitei para dar um mergulho e logo partimos para o último trecho do dia, até a enseada de Bananal.

Segundo informações, seria possível acampar na praia de Bananal Pequeno.

Pegamos mais uma forte subida, com calor e sem vento. E aí a Gisele “colou a placa”, sendo necessário fazer uma parada para tomar um gel de carboidrato. Chegamos no Bananal Pequeno muito cansados, e para nossa surpresa não era mais permitido acampar. Por sorte um pescador foi solidário e nos permitiu acampar na varanda de uma casa, o que acabou sendo muito bacana, pois o lugar era muito bonito. Fizemos uma janta reforçada e finalmente começamos a reduzir o peso das mochilas.

4º dia: Bananal – Praia da Longa

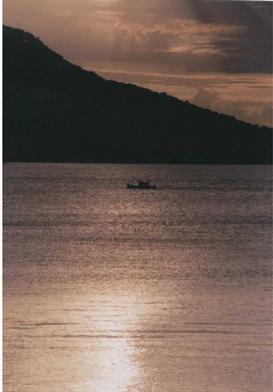
Pelo mapa seria um dia menos cansativo, com uma distância total menor e menos subidas. As mochilas ainda estavam muito pesadas, mas a ótima noite no Bananal ajudou a levantar o astral. Assim seguimos caminhando por praias intercaladas por trilhas: Bananal, com pousadas e bares; Matariz, com um camping, comércio e uma fábrica abandonada; Passaterra, com pousadas sofisticadas que não aceitam mochileiros; Maguariqueçaba, com golfinhos dando um show nadando ao lado do píer; Sítio Forte, um cartão postal com um belo gramado salpicado de coqueiros. No trecho de mata entre Matariz e Passaterra existe uma das figueiras gigantes da Ilha, com as raízes quase que engolindo um imenso bloco de pedra. Ao chegar na simpática praia da Tapera, por volta de meio dia, decidimos descansar num bar que estava fechado. A Gisele viu uma rede esticada e “capotou”. Eu fui dar um mergulho. Depois de um bom descanso, partimos para a Praia de Ubatubinha, onde encontramos um bar movimentado cheio de turistas italianos. Preparei um isotônico e comemos pasteis fritos na hora. Tudo isso para encarar a subida mais forte do dia e chegar na Praia da Longa, onde existe um camping simples no final da praia.

Barraca montada; demos um mergulho e comemos um delicioso prato feito. Só faltava descansar para encarar o dia seguinte, considerado o mais puxado.

5º dia: Praia da Longa – Aventureiro

Acordamos cedo, desmontamos acampamento, tomamos um café da manhã com vista para o mar e partimos. As mochilas continuavam terríveis, mas a perspectiva de chegar na Praia de Aventureiro criava um novo sentido para a ralação. Saímos da Praia da Longa por uma forte subida e logo chegamos na extensa e bonita Praia Grande de Araçatiba. Ao final da praia encontramos um armazém onde repusemos nossos estoques de água potável, artigo difícil no lado continental da Ilha. Partimos novamente e logo chegamos nas areias de

Araçatibinha, onde começa a forte subida rumo a Provetá. Pegamos o subidão e logo chegamos ao topo da trilha, bastante cansados. Partimos morro abaixo rumo a Provetá, um dos maiores povoados da Ilha onde existe um impressionante templo da Igreja Universal. Como Provetá não tem maiores atrativos, a idéia era almoçar, descansar e partir para o maior subidão da Volta da Ilha Grande, que leva à paradisíaca Praia do Aventureiro.



Conseguimos encontrar uma super refeição em Provetá. Como sol estava muito forte, descansamos bastante na sombra de uma amendoeira e só à tardinha pegamos a trilha para aventureiro. A subida começa forte, sem sombra... e continua forte, sem sombra... Subimos lentamente, com algumas paradas para descanso. O terço final da subida a Gisele fez com a língua arrastando no chão. No final ela não conseguia nem me xingar de tão cansada. Mas a linda visão do oceano, com as praias do Sul e do Leste, separadas pelo curioso Ilhote à nossa frente - uma paisagem que sonhávamos encontrar - valeu o esforço. Reunimos as últimas energias para descer até a Praia do Aventureiro, onde chegamos após o por do sol.

Montamos nosso acampamento e fomos tomar uma gelada, ouvir hippies tocando violão, etc.

6º dia: Descansando em Aventureiro

Tiramos o dia para descansar. Caminhamos para a Ponta do Aventureiro, onde existe o famoso coqueiro inclinado. Tomamos banho de mar na deliciosa Praia do Demo e fomos dar uma olhada no tão falado Costão do Demo, com suas línguas de água escorregadias. Vimos que com tempo bom não teríamos problemas para passar ali. Também nos informamos com os locais sobre a proibição de passar pelas praias da Reserva Biológica. Nos disseram que “podia passar, mas não acampar”. Tudo pronto para a próxima jornada! Fomos preparar um belo almoço – risoto de cenoura e passas, acompanhado de purê de batatas com sardinha – show de bola e menos peso nas costas. Fizemos também um balanço de tudo que tínhamos e reduzimos mais ainda o peso. O repelente, filtro solar, shampu, etc. já estavam pela metade o que também contava a nosso favor.

7º dia: Aventureiro – Parnaiooca

Acordamos e tomamos café assistindo o sol nascer no mar. Desmontamos acampamento e decidimos partir descalços. A maré baixa seria às 9:00, ótimo horário para estar passando pelo mangue que contorna o Ilhote. Seguimos caminhando pela Praia do Aventureiro, Demo e atravessamos o Costão do Demo, que já não parecia tão amistoso de cargueira nas costas. Mas tudo correu bem e finalmente estávamos caminhando descalços nas areias finas da imensa praia do Sul. Ao final da praia achamos uma sombra para descascar e fazer um lanche. Seguimos para o tão falado mangue, e devido à maré baixa, estava seco. Moleza ! A travessia do riacho foi com água na altura dos joelhos e logo estávamos caminhando na isolada Praia do Leste.

Ao final da praia, mais um lanche. Calçamos as botas e partimos trilha acima pela mata, até chegar na Praia da Parnaiooca, completando nosso mais curto dia de caminhada. Montamos acampamento, almoçamos um ótimo prato feito e curtimos o lugar, que é muito especial. Depois de muitos dias voltamos a ouvir os rugidos dos macacos bugíós. Agora bem mais próximos. Uma grande surpresa nos aguardava...

8º dia: Parnaioca – Santo Antônio

Tomamos café e partimos de Parnaioca em direção à Praia de Dois Rios, entrando no maior trecho contínuo de trilha na mata. As mochilas já estavam bem suportáveis, e a sombra da floresta garantia um ótimo início de jornada. Começamos a ouvir os assustadores rugidos dos bugios, mais próximos do que nunca. Sabíamos que eram inofensivos, mas mesmo assim, estar na mata ouvindo aqueles sons era impressionante. Só quem já esteve numa situação dessas faz idéia. Quando chegamos num trecho da trilha onde os bugios pareciam estar a poucos metros de nós, num movimento muito rápido eles passaram sobre a trilha por cima das árvores e foi possível vê-los de perto, com pescoço peludo lembrando um leão. Bem menores do que o bizarro rugido sugeria, eles desapareceram por uns instantes na mata. Caminhamos mais um pouco e o momento mágico aconteceu. Fomos cercados por bugios dos dois lados da trilha, que rugiam sem parar. Ficamos petrificados, com um misto de medo e alegria. Foi surreal. Retomamos a caminhada e aparentemente nos afastamos daquela família de bugios que nos proporcionou o momento mais emocionante da nossa aventura.



O contraponto do incrível encontro com os bugios foi a chegada em Dois Rios. Os vestígios do presídio, a sombria vila militar que parou no tempo. Como estávamos cansados fizemos uma parada para um lanche reforçado, mas logo pegamos a trilha para Caxadaço. Foi muito bom deixar aquele baixo astral para trás e melhor ainda foi chegar na pequena e linda enseada do Caxadaço. Enquanto a Gisele descansava dei uma explorada numa área de boulders, com muitas fendas. Como ainda era cedo, resolvemos mudar nosso plano original de acampar no Caxadaço e partir para a Praia de Santo Antônio, vencendo o trecho mais complicado quanto ao quesito orientação.

Entramos na mata muito atentos à trilha insipiente, que em alguns momentos parece sumir. Ouvimos alguns bugios distantes, o som do mar sempre próximo. Fomos descobrindo o caminho e logo chegamos na larga trilha da Praia de Santo Antônio. Vitória !! A Volta da Ilha Grande estava no papo. Deste momento em diante só trilhas largas e sinalizadas. Mas mesmo assim teríamos nossa última noite longe dos agitos do lado continental da Ilha. Acampamos nas areias da romântica Santo Antônio. Tomamos banho de caneca numa fonte nos rochedos ao lado da praia, jantamos nosso último Miojo com atum e molho de tomate. Vimos a lua cheia nascer. Um sentimento de vitória pela dura travessia, misturado com uma saudade que já começava a bater tomava conta da gente.

9º dia: Santo Antônio – Abraão

Acordamos tarde pela primeira vez na Ilha Grande. Tomamos um café numa pedra de frente para o mar, arrumamos as coisas com calma e partimos para nossa última jornada. Mochilas mais leves do que nunca, mais um dia lindo de sol na Ilha, tudo era legal.

Ainda bem cedo fizemos uma escala na Praia de Lopes Mendes e depois seguimos para a praia de Pouso, depois Mangues e finalmente Palmas, onde lanchamos no barzinho de um camping, onde dois hippies tocavam violão e cantavam. Astral melhor impossível. Partimos para a arrancada final, que para coroar essa grande travessia, é uma baita subida! Subimos, subimos, e finalmente chegamos no topo. Dava para ver a enseada de Abraão. Era só descer e tomar a cervejinha mais merecida.

Descemos curtindo, sem pressa. Chegamos em Abraão e comemoramos. No caminho do camping decidimos ficar numa pousada, com cama, banheiro, ar condicionado, frigobar, piscina, etc. A Gisele tinha se superado e merecia um conforto na última noite na Ilha Grande. Depois de um belo banho fomos para o tradicional Bar Casarão comer peixe e tomar muito chopp gelado. Chapamos!!!

10º dia: Volta para Casa

Tomamos café na pousada e fomos para o píer. Voltamos para o continente de barca e pegamos o carro. Como era uma segunda feira voltamos pela Rio – Santos sem trânsito e logo estávamos em casa, desfazendo as malas e loucos para revelar as fotos.

Programação Anual

<i>Data</i>	<i>Excursão</i>	<i>Guia</i>
25/02 a 01/03 Carnaval	Acampamento na Praia do Sono – Parati – RJ	Waldyr Neto
14 a 16/04 Semana Santa	Serra do Cipó e Lapinha - MG	Waldyr Neto
29/04 a 01/05 Dia do Trabalhador	Três Picos Nova Friburgo - RJ	Adriano Peixoto Alexandre Motta
15/05	Aniversário do CEP	Diretoria
15 a 18/06 Corpus Christi	PARNA Itatiaia	Waldyr Neto Renato Walter
07 a 10/09 Independência	Travessia Petro – Terê Com Garrafão - PARNASO	Waldyr Neto Marcelo Garcia
12 a 15/10 N.Sra.Aparecida	Sana	Waldyr Neto Marcelo Mussel Marcelo Garcia
02 a 05/11 Finados	São Thomé das Letras	Waldyr Neto
16/12	Assembléia Geral Ordinária Eleição Conselho Deliberativo	Diretoria

Capa: Dedo de Deus - PARNASO
Foto de: Waldyr Neto

Escaladores Novatos – As 7 Operações Básicas

Por Waldyr Neto

Todos os anos novos escaladores são formados nos cursos básicos do CEP ou até informalmente, entrando no clube e participando da programação. É normal que esses “calouros” não dominem todas as técnicas envolvidas numa escalada. Hoje existem tantos equipamentos e tantas vertentes na escalada que mesmo nós, guias e escaladores veteranos, raramente dominamos todas as técnicas. Mas o básico continua sendo o básico, e é extremamente importante que os novatos saibam fazer sem pestanejar as 7 operações abaixo:

1. **Colocar o Baudrier:** Essa é simples, mas ainda vejo gente se complicando. Basicamente é usar como referência o loop frontal, que não deve ficar retorcido. Isso acontece quando as pernas são invertidas. O loop deve ficar livre para ser usado para dar segurança e para o rapel. Outro ponto importante é o fechamento da fivela. É “vital” fazer o fechamento da fivela voltando a fita por onde ela entrou.
2. **Montagem da solteira:** Moleza!! É só dar um nó “boca de lobo” passando pelas alças superior e inferior do baudrier, ao lado do loop. Na ponta um mosquetão de rosca tipo “D”, mais fininho que um mosquetão mestre.
3. **Encordamento:** Essa é fácil, mas crítica. O encordamento deve ser com um nó “oito duplo” pelas laçadas superior e inferior do baudrier, formando um segundo loop, que preferencialmente deve ser pequeno. Por conta da criticidade desta operação, os novatos devem sempre pedir ao guia que confira o encordamento.
4. **Dar segurança ao guia:** A montagem em si não é tão difícil, mas os novatos costumam se complicar na operação. Uma boa dica é desenrolar a corda, evitando emboladas. Na montagem do aparelho, que pode ser um oito, ATC, Reverso, Gri-Gri, etc., pode-se optar pela laçada da corda, pelo loop ou ambos. Eu pessoalmente uso a laçada da corda. Deve-se escolher uma boa posição, prevendo o tranco de uma queda do guia. O novato precisa executar a operação sem perder o guia do campo de visão, liberando a corda na medida certa, sem travar o guia e sem deixar folga demais. Essa sensibilidade se ganha com o tempo. Obrigatório aqui é saber montar o aparelho.
5. **Desequipar a via:** Essa também é moleza. Para evitar uma indesejável e perigosa queda de alguma costura, o novato pode soltar primeiro o mosquetão do grampo, colocando-o imediatamente numa alça do baudrier. Depois ele solta o mosquetão da corda. Ao sair de uma parada, o novato deve retirar as peças em separado, ou seja, retirar o mosquetão de ancoragem e depois o mestre. Ambos devem ser colocados numa alça do baudrier com a rosca aberta. Isso facilita a passagem de material para o guia iniciar o próximo esticão.
6. **Ancoragem:** Mais fácil impossível. É só clipar o mosquetão do cabo solteiro no mestre, de cima para baixo e depois rodar para que a rosca fique virada para cima.
7. **Montar o rapel:** Outra operação crítica! É possível ao guia montar primeiro o aparelho do participante, e depois montar seu próprio aparelho um pouco abaixo. Assim o guia desce e monta a próxima parada. Ao liberar a corda o novato pode descer, com o aparelho já montado pelo guia. Legal; mas a idéia aqui é que os novatos devem se esforçar para montar sozinhos seus dispositivos de rapel. Como existem vários dispositivos diferentes, cabe ao novato conhecer seu equipamento previamente, ou seja, antes da escalada. O rapel deve preferencialmente ser feito usando o loop do baudrier.

É importante que os novatos treinem as operações acima, em casa ou até no CEP com orientação dos guias, a ponto de não terem a menor dúvida quando estiverem na rocha. Assim a escalada será muito mais segura e agradável. O desafio fica sendo a rocha, e não ficar tentando lembrar como se encordar, montar um rapel, etc.

Com o tempo o novato evolui e começa a arriscar uma guiada. A corda, que até agora ficava confortavelmente acima sempre pronta para nos segurar em caso de queda, passa a ficar abaixo de

nós, muitas vezes costurada numa distante proteção. Passamos a viver numa nova dimensão, onde temos que sair por conta própria da enrascada em que nós mesmos nos metemos. E paradoxalmente a cada final de semana queremos nos meter numa enrascada maior. Só para passar aquele lance adrenante com a sensação de ter flutuado rocha acima. Muita endorfina!! Sensação de estar vivendo intensamente o momento presente, sem pensar em nada. Finalmente descobrimos o que é escalar – escalar é guiar !!! É ir na frente, concentrado, “lendo” a via, sabendo que um erro pode custar muito Merthiolate. Superar aquele lance que parecia impossível, botar no currículo aquela via clássica. Estar com os amigos naquela “roubaada”, e depois rir muito disso tomando cerveja. Só quem escala sabe o que isso significa.

Se os novatos querem chegar lá, precisam começar dominando as 7 operações básicas. Daí para frente é tempo de vô e disposição.

Sempre em Frente !!!!

Isolantes Térmicos

Por Waldyr Neto

Os isolantes térmicos são hoje equipamentos indispensáveis para quem acampa, principalmente em lugares frios. São usados para criar uma camada entre o solo e o nosso corpo, tendo duas principais funções:

- Isolar nosso corpo do frio ou até do calor do solo, proporcionando conforto térmico,
- Proteger nosso corpo das irregularidades do solo, proporcionando conforto físico,

Os isolantes tradicionais são de material emborrachado e poroso. Costumam ser leves, variando de 300g a 900g, sendo que os mais finos costumam ter a superfície superior com material espelhado, que em tese reflete o calor do corpo. Para transporte são enrolados ou dobrados, e devido ao grande volume são transportados fora da mochila. Aliás, quanto a este transporte, o recomendável é acomodá-lo verticalmente, na parte traseira da mochila. É muito comum ver caminhantes por aí, se enganchando da vegetação por conta de um isolante acomodado horizontalmente na parte superior ou inferior da mochila.

Como os isolantes vão por fora da mochila, são normalmente a última coisa a ser acondicionada na hora de desmontar acampamento e partir para a caminhada. Por conta disso surgiu uma funcionalidade adicional. O procedimento é o seguinte: 1) Retire o isolante da barraca e coloque no chão; 2) Retire tudo da barraca e coloque sobre o isolante; 3) Desmonte a barraca; 4) Monte a mochila, pegando a “tralha” sobre o isolante; 5) Enrole o isolante e monte na mochila. O procedimento é simples e obvio, e facilita a organização do material sem deixa-lo em contato com o solo.

Na hora de escolher um isolante é importante levar em consideração a finalidade, pois os mais fininhos não são adequados para acampamentos em lugares frios como Itatiaia ou Serra dos Órgãos. Já os muito baratos, de borracha preta, podem ser mais pesados do que o desejável. Nesse caso o conforto ao dormir não justifica o desconforto ao carregar a pesada mochila.

A grande novidade neste assunto são os isolantes auto-infláveis. Fechados, tem cerca de 50% do volume dos tradicionais, redução suficiente para leva-los folgadoamente dentro da mochila. Ao serem abertos inflam sozinhos, sendo que é possível completar o enchimento usando uma prática válvula. São nitidamente superiores em conforto físico e térmico, sendo aparentemente menos resistentes a objetos cortantes ou pontiagudos no solo. Não são leves, mas pesam o equivalente aos isolantes tradicionais mais pesados. Já o preço é bem salgado, podendo chegar a 5 vezes o preço de um isolante tradicional. A questão aqui é pesar se o conforto adicional e a praticidade de transporte valem o investimento. Ou esperar para ver se a popularização dos isolantes auto-infláveis tende a jogar o preço para baixo.

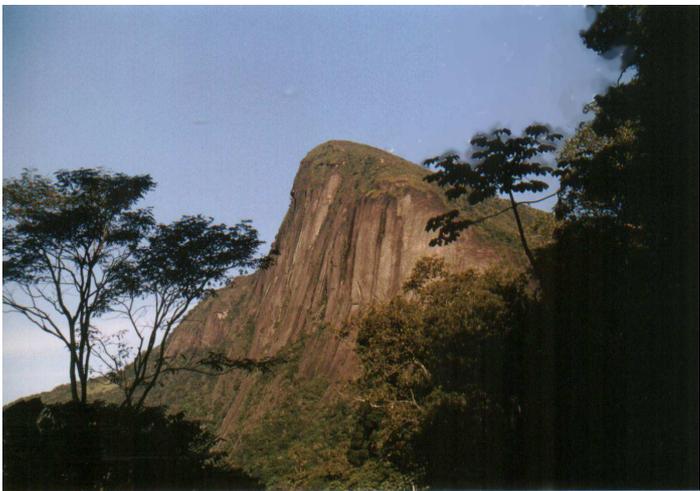
Caminhadas em Petrópolis...



Caminho do trem – Serra velha



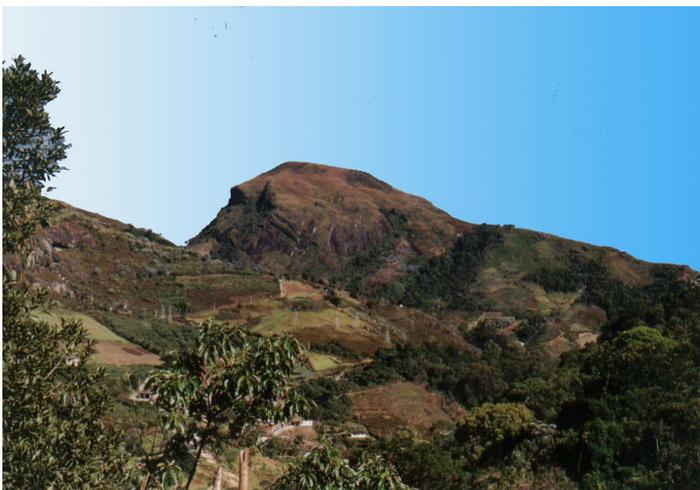
Pedra do Cobiçado



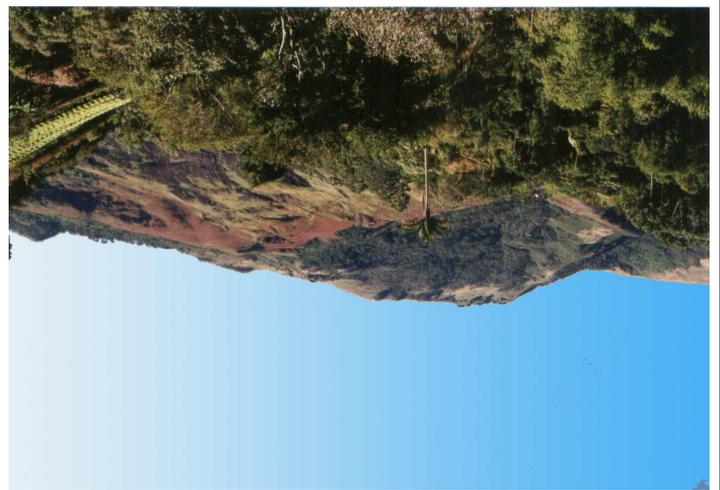
Pedra do Cortiço



Pedra do Retiro



Tapera do Morin



Alto da Ventania