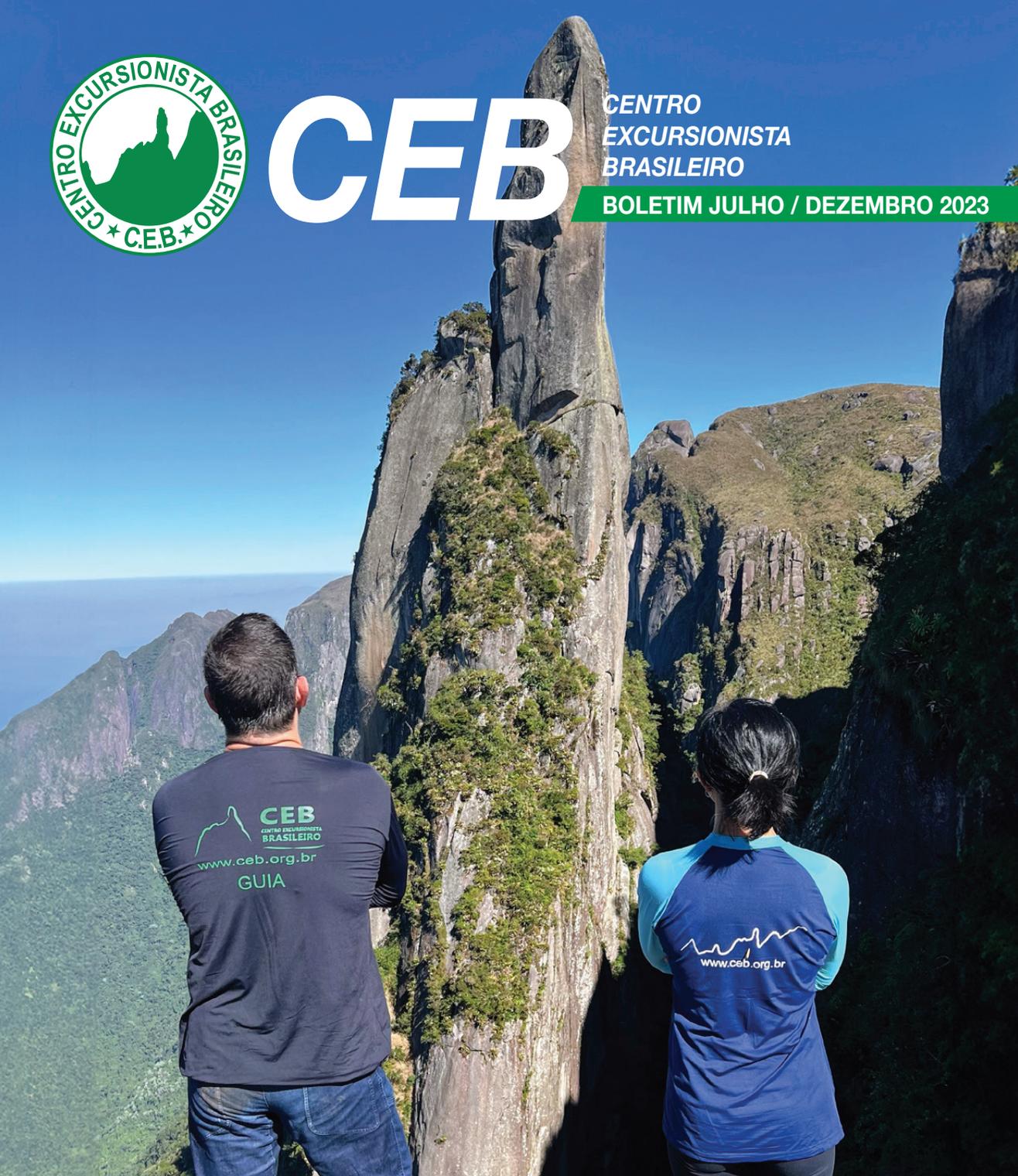




# CEB

CENTRO  
EXCURSIONISTA  
BRASILEIRO

BOLETIM JULHO / DEZEMBRO 2023



2023, o ano  
dos desafios

Página 02



Carretera  
Austral

Página 10



Travessia em 1 dia  
Petrópolis x Teresópolis

Página 20

## EDITORIAL JULHO/DEZEMBRO 2023

A capa deste Boletim, relativo ao 2º semestre de 2023, traz um casal do CEB admirando a Agulha do Diabo, cuja via de escalada foi conquistada pelo CEB em 1941 e que teve sua manutenção iniciada em 2023.

A Agulha não é tema desta edição, mas ela ilustra, de forma bela e imponente, os desafios lançados pelo CEB neste ano e que geraram as seguintes matérias:

- Desafios de Escalada 5K e Cumes, com o relato dos organizadores Catia Valdman e Ernane Wermelinger;

- Desafio CBM, com dois pontos de vista: do organizador Francisco Caetano e da participante Patrícia Turano.

E o Boletim também tem muito mais:

- Ciclovagem pela Carretera Austral, contada por Ana Maria Xavier;

- Coluna Bichos, Plantas e Afins, trazendo fotos e fatos reunidos por Ana Isabel Aguiar, Cláudia Bessa e Mônica Vilarim;

- Depoimento de 3 alunos do 109 CBE – Curso Básico de Escalada;

- Travessia Petrópolis x Teresópolis em 1 dia, por Danielle Hepner;

- Andando pela Argentina: Buenos Aires, Bariloche e Mendoza, por Lucia Santos;

- Coluna Aconteceu, com alguns registros de eventos do CEB e do montanhismo em geral;

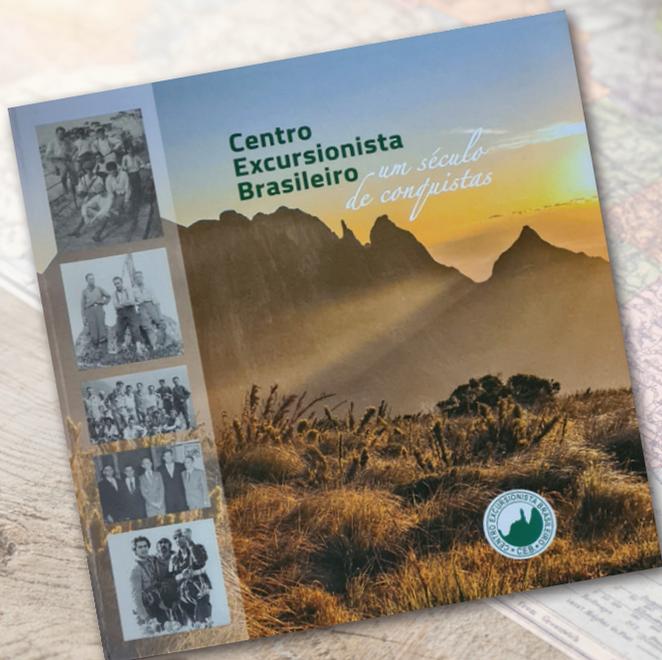
- Realizações da Diretoria do CEB no período de jan./dez. 2023, incluindo o Projeto Nosso Guia;

- Lista da Programação do CEB do período.

As atividades descritas podem ter sofrido alguma alteração, mas fica aqui seu registro histórico. A programação está em constante atualização no site <https://www.cebrasileiro.org.br/programacao>;

- Lista dos Aniversariantes do período e dos novos sócios Chegando à Base.

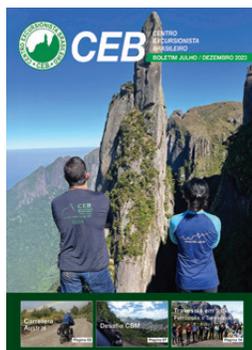
Um novo ano está à nossa frente... que as melhores energias do universo nos guiem, cada um no seu tempo e com perseverança, a alcançar objetivos e superar desafios! Feliz 2024!



**O livro que eterniza a história do montanhismo no Brasil e do CEB, nesta edição de luxo!**

**Apenas R\$50,00**





As matérias assinadas são de responsabilidade de seus autores. Elas não traduzem necessariamente a opinião oficial do CEB.

Capa: Guia Eric Coelho e monitora Adriana Coelho encaram a Agulha do Diabo, antes da escalada.

### SEDE SOCIAL

Av. Almirante Barroso nº 2, 8º andar, Centro  
Rio de Janeiro / RJ | CEP: 20031-000  
(próximo à estação Metrô Carioca, acesso B)  
Telefone: (21) 2252-9844  
Aberto de 2ª a 6ª, de 14h às 20h  
CNPJ 33.816.265/0001-11

### CEB NA INTERNET

www.ceb.org.br  
Facebook: centroexcursionistabrasileiro  
Instagram: centroexcursionistabrasileiro  
Youtube: CEBCentroExcursionistaBrasileiro  
E-mail: ceb@ceb.org.br

### MENSALIDADES

Mensalidade	<b>R\$55,00</b>
Taxa de admissão	<b>R\$110,00</b>
Sócio dependente	<b>R\$11,00</b>
Sócio proprietário	<b>R\$33,00</b>

- Taxa de participação em excursões para não sócios e sócios com mensalidades atrasadas: **R\$52,00**
- São isentos da taxa os convidados pessoais do guia.

**Tiragem:** 200 unidades

**Comissão editorial:** Enzo Baiocchi, Lucia Santos, Lucinda Coelho, Marcia Cristina Souza, Patrícia Torres, Rafael Damiaty

**Revisão:** Lucia Santos e Lucinda Coelho

**Diagramação:** Tita Nigrí Design

**Impressão:** DRQ Gráfica

## DIRETORIA

### Presidente:

Zozimar Moraes (Menudo)  
zozimarm@yahoo.com.br

### Vice-Presidenta:

Simone Leão  
simoneleaoceb@gmail.com

### Diretor Administrativo:

Enzo Baiocchi  
enzo.baiocchi@gmail.com

### Diretora de Comunicação Social:

Lucia Maria Santos  
lumarisa@gmail.com

### Diretora Financeira:

Ana Maria Xavier  
anaxavier@yahoo.com.br

### Diretora de Meio Ambiente:

Karen Chris  
kariocachris@gmail.com

### Diretor Social:

Antônio Carlos Borja (Wally)  
acborja@gmail.com

### Diretora Técnica:

Cláudia Bessa  
claudia.menezes@rioeduca.net

### Primeiro Secretário:

Rafael Damiaty  
damiati@gmail.com

### Segunda Secretária:

Maria Auxiliadora Nogueira (Dôra)  
doranogueira@yahoo.com.br

## CONSELHO DELIBERATIVO

**Presidente:** Francesco Berardi

**Secretário:** Luiz Fernando Fernandes Pimentel

### Membros natos:

Antônio Candido Dias, Cláudio Rodrigo Taveira, José Pelajo Teixeira Gonçalves, Mary Sebastiana Aranha Rossi, Simone Hénot Leão.

### Membros eleitos:

Adilson Rodegheri Peçanha, Almir Siller de Abreu, Ângelo Vimeney, Antonio Carlos Borja (Wally), Cláudia Bessa Diniz de Menezes, Fernando Roberto Esteves, Lucia Maria Santos, Milton Roedel Sales, Pedro Bugim Ruel Vergnano, Regina Cele, Ricardo Moreira Barbosa, Silvia Maria de Almeida, Tarcisio Neves, Zilda Magalhães.



# 2023, o ano dos Desafios

Catia Valdman  
Ernane Wermelinger

@Tita Almeida

O ano de 2023 contou com alguns Desafios novos no CEB. A ideia objetivava fomentar a escalada no clube, mostrar que o CEB tem muitos escaladores e que a gente escala direitinho!

Entre brincadeiras e provocações durante o bloco de carnaval "Só o Cume Interessa", e ajustes de algumas regras aqui e ali, foi criado o **Desafio de Escalada 5K**. As regras finais foram:

Com a compilação dos dados, vimos sua riqueza e possíveis desdobramentos! Ora, ora... e se a gente tivesse mais dados?! Só as pranchetas não estavam mais suprindo a análise do panorama geral de escalada dos associados do clube.

E assim nasceu o **Desafio Cumes**, com as seguintes regras:

**DESAFIO DE ESCALADA 5K**

**DESAFIO DE ESCALADA 5K**

- Escalar 5.000 metros em atividades oficiais do CEB durante o período de 1º/03/2023 a 17/12/2023;
- Será computada a metragem do relatório oficial, respeitando-se o o croqui da via;
- Todas as modalidades de escalada serão válidas, salvo a indoor, sem distinção de grau de dificuldade e exposição;
- Cada via será computada apenas uma única vez;
- Os três primeiros associados que completarem o objetivo serão premiados;
- Informações sobre inscrição, regras e maiores detalhes acessar o site do CEB [www.ceb.org.br](http://www.ceb.org.br).

**CEB**

**DESAFIO CUMES**

- Cada associado deve escalar em um dia 2 vias em 2 distintas montanhas
  - \* Sem especificação de metragem e graduação
  - \* Sem necessidade de atingir o ponto culminante, mas sim o fim da via
- A atividade poderá ser efetuada envolvendo outros guias, monitores e/ou associados do CEB
  - \* Há necessidade de comunicar previamente a coordenação do desafio acerca do seu itinerário, parceria e data
- Este desafio se encerrará em 1º de outubro de 2023, razão pela qual o participante poderá fazer quantas atividades (2 cumes) quiser dentro deste período
- Vencerá o desafio o associado que neste período terá feito mais vias de escalada
- Maiores informações e inscrição, entrar no site do CEB

**SUGESTÕES DE ATIVIDADES**

<b>Zona Sul</b> Morro São João Babilônia Pão de Açúcar	<b>PNT</b> Aguilhinha da Gávea Pedra da Gávea Pedra Bonita
---	---

**Niterói**  
Tucum  
Morro do Telégrafo

[www.ceb.org.br](http://www.ceb.org.br)

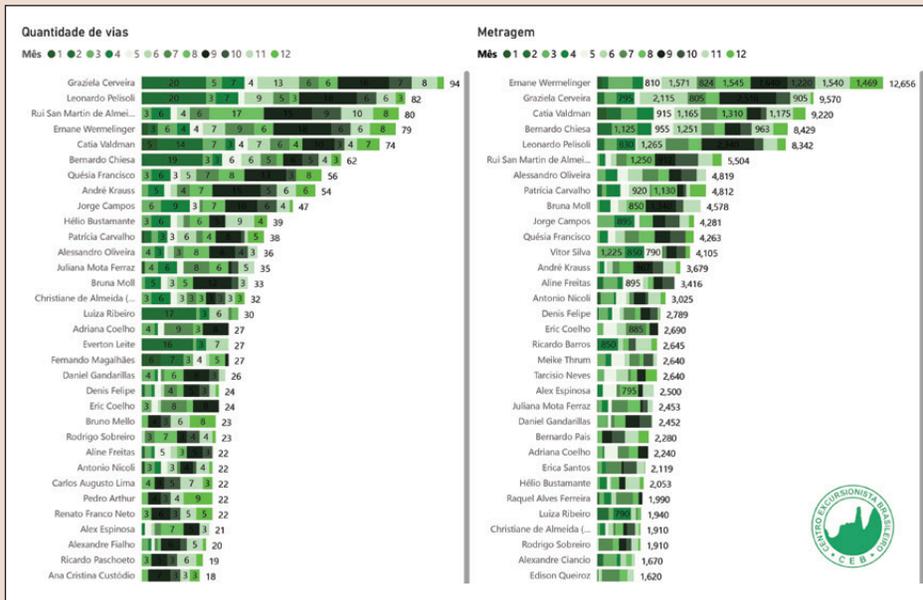
Com a profusão de dados, foi necessário organizá-los em uma ferramenta de avaliação de uma maneira mais bonita e dinâmica. Logo, novas ideias foram surgindo a fim de aprimorar este levantamento, como a quantidade de cordadas, quem guiou e/ou participou, o grau de dificuldade das vias, e, por fim, surgiu a proposta de plotar as coordenadas da montanha em um mapa.

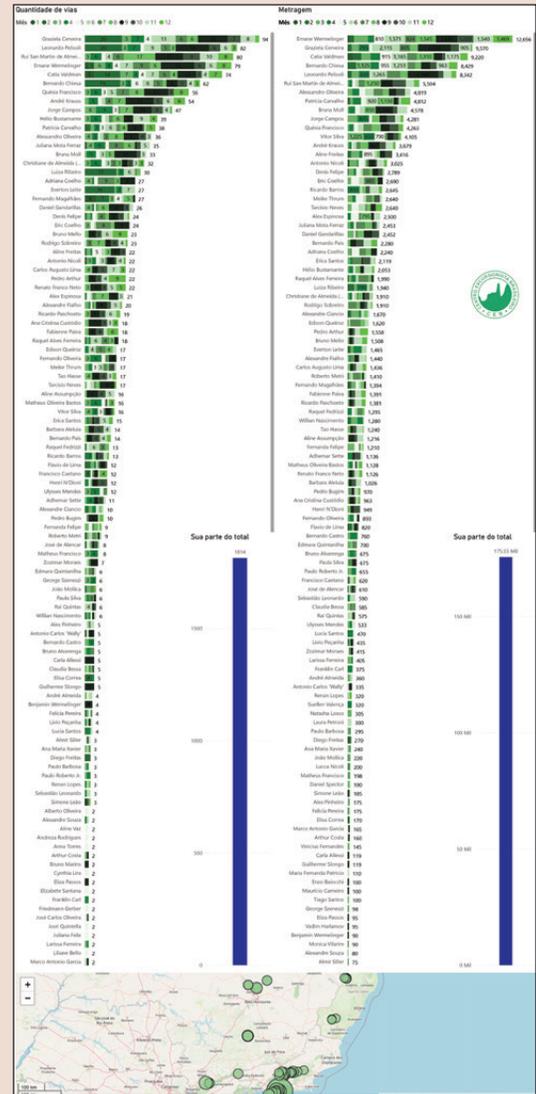
Tais ferramentas resultaram em avaliações individuais que cada aluno do CBE 108 e do CBE 109 recebeu ao terminar o curso, além da coleção de escaladas do ano de 2023 de cada associado junto ao CEB. Ver o quanto você escalou

depois do curso é algo interessante e mostra a sua evolução. Os resultados foram incríveis!

### Qual a nossa conclusão quanto aos Desafios?

Nossa experiência em coletar esses dados mostrou como tais informações são benéficas e necessárias para traçar distintas estratégias individuais aos associados e em grupos, aplicando-as de maneira a fomentar pranchetas diversificadas, em novos locais, com maior ou menor dificuldade, estimular o autoconhecimento e a formação de novas cordadas. Esperamos que seja de bom uso a todos! Para 2024, qual “Desafio” devemos criar?





Catia Valdman, Monitora do CEB  
Ernane Wermelinger, Guia do CEB



# Desafio CBM

Francisco Caetano

## Premiação do Desafio CBM

**Inspirados numa atividade** de grande sucesso que ocorreu no CEB em 2013, denominada “Desafio 7 Cumes”, no início de 2023 resolvemos repetir a bem-sucedida experiência de 10 anos atrás, mas com um enfoque novo.

Considerando que estávamos saindo de um período de pandemia, desta vez optou-se por reforçar a integração das pessoas, e nada melhor do que buscar reviver as experiências de cada turma do CBM (Curso Básico de Montanhismo). Com o foco na elaboração de um evento que buscasse um reencontro dos colegas de cada CBM, foi delineado um conjunto de atividades com as seguintes diretrizes:

- Multiplicidade: cada atividade proposta a cada semana seria diferente e desafiadora, mas factível;
- Simplicidade: não seriam necessários conhecimentos muito avançados ou altos riscos, favorecendo assim a participação de pessoas com muita ou pouca experiência;
- Baixo custo: buscando-se não ter gastos adicionais em todas as atividades.

A data proposta para início foi abril; a dinâmica empregada propunha uma atividade a cada sema-

na onde os CBM’s inscritos deveriam realizar as atividades no final de semana, e, junto com cada atividade, cada grupo inscrito também recebia um envelope com uma tarefa extra. As atividades a serem realizadas eram divulgadas nas terças-feiras, e os envelopes com tarefas extras eram entregues na quinta da mesma semana. Tais envelopes só poderiam ser abertos no dia da atividade, e continham tarefas das seguintes categorias: conhecimento, atividade física, sorte ou penalidade.

A execução das atividades propostas e das tarefas extras valia pontos para o grupo que as cumprisse, de forma que na semana tínhamos um ranking, estimulando de forma saudável que os grupos buscassem realizá-las.

E assim, nasceu no início do ano a atividade “**Desafio CBM 2023**”, para a qual se inscreveram ex-alunos de diversos CBM’s (98, 100, 102, 103, 104, 105, 106, 107 e 108), cada qual com composição diversa e agrupamento entre alguns CBM’s. Foi feita uma reunião inicial de apresentação, e criado um grupo de WhatsApp para divulgação.

As atividades propostas continham de tudo: escaladas, caminhadas, caminhadas noturnas, ambiente de montanha, de praia etc., e o ranqueamento variava a cada semana, conforme o desem-

penho de cada CBM. Um painel de acompanhamento era atualizado e divulgado toda quinta-feira.

O Desafio terminou com 664 km de caminhadas entre trilhas de florestas urbanas, areia e trilhas de montanha, e 3780 m de escaladas acumuladas. Em 1º de junho foi realizada no CEB a premiação dos vencedores, tendo a equipe do CBM 102 como vitoriosa, e individualmente foram premiados: Patrícia Turano como melhor escaladora, Graziela Salvan e Leonardo Pelisoli como melhores caminhantes, e Ártemis (5 anos, filha de integrante do CBM 107) recebeu o troféu de montanhista mais nova a participar do Desafio!

**Francisco Caetano**  
Guia do CEB



**Francisco e Ártemis na premiação**



**CBM 102 no cume do Alto Mourão**



**Bernardo Castro (CBM 104) guiando a Bip-Bip**



**CBM 106 e convidados na base da via Bohemia Gelada**



# Desafio CBM, carinhosamente apelidado de Desafio do Caetano

Patrícia Turano

Grupo na travessia Petrô-Terê

Os Desafios propostos pelo mestre Francisco Caetano são conhecidos por serem bem puxados e por gerarem várias boas histórias, mas eu ainda não havia participado de nenhum.

Fiz o CBM em 2018, e o único Desafio que houve após (em 2019) eu só acompanhei de longe. A história que mais me marcou foi da galera indo fazer Alcobaça e Petrô-Terê em um dia, mas a missão foi abortada no Açú, pois o tempo virou. Ninguém estava preparado para passar a noite na montanha, mas conseguiram vaga no abrigo. Só que a roupa molhada e o frio fizeram com que alguns (não citarei nomes) dormissem de conchinha para evitar hipotermia. Todos voltaram bem, e os outros se divertiram ao saber o que tinha rolado!

Percebe-se então que os Desafios do Caetano são sinônimo de perrengue, mas também de muito aprendizado, como ele mesmo já esclareceu. O Desafio de 2023 previa equipes com as turmas de CBM (mas permitindo outras conformações), sendo composto de caminhadas, escaladas e desafios mentais, cuja execução (total ou parcial) garantia uma certa pontuação.

As atividades ocorreram entre abril e maio, e só eram reveladas na própria semana. Pelo menos um representante de cada grupo devia ir no CEB às terças-feiras para saber os detalhes e sortear vantagens ou desvantagens extras.

O meu CBM (103) teve que se juntar ao CBM posterior (104) para formar um grupo com número

suficiente de participantes, porque os inscritos não teriam disponibilidade todos os finais de semana e precisariam se revezar.

## Atividade 1

A equipe devia andar 100 km em trilhas em um período de 24h, comprovando com *tracklogs* e fotos. As distâncias individuais eram somadas, ou seja, se um grupo de 5 pessoas fez 20 km, totalizava 100. Não parecia tão complexo, mas só 3 do meu grupo conseguiram ir naquele dia: eu, Raí e Alex. Escolhemos um percurso na Floresta da Tijuca, mas a tática não foi muito inteligente: andamos cerca de 21 km com muito desnível acumulado, enquanto um trajeto maior, mas com menos desnível, nos renderia mais pontos e menos cansaço.

Outros grupos também foram para lá, e, embora em trilhas diferentes, acabaram se encontrando em algum momento. Destaque para Henrique e Bruno Alvarenga, do CBM 106, que começaram cedinho em Jacarepaguá, pelo trecho 11 da Transcarioca, e de lá emendaram vários trechos até o Grajaú, fazendo um percurso bem longo, mas com desnível altimétrico menor. Então os 2 andaram mais de 30 km e acumularam muitos pontos.

Quando encontrávamos grupos concorrentes, era aquela zoeira, um segurando o outro e falando para desistir, mas a verdade é que todos conseguiram andar muito.

Importante lembrar que o Caetano ligava para as equipes no meio do percurso e nos fazia usar algum dos objetos que ele tinha dito para levar, como a fita *silvertape* que eu e Alex tivemos que usar para fechar a boca durante uma hora de atividade. Assim, o Raí também ficou uma hora calado porque não tinha com quem falar.

## Atividade 2

A equipe deveria somar 1.000 m de escalada em um final de semana prolongado (valendo de quinta a terça, e sendo Semana Santa era garantia de dia extra).

Outros grupos conseguiram escalar já na sexta, e uma dupla nossa também: Paula e Paulo, do CBM 104. Caetano fez sua temerosa ligação no começo da cordada, e com isso a Paula teve que usar bota de *trekking* em um pé e segurar uma laranja (dentro de luva) em uma mão. Então o Paulo guiou a primeira enfiada, e na seguinte Paula conseguiu assumir a guiada, já livre dos atrapalhadores.

O CBM 106 também garantiu pontos nessa atividade com ajuda do Jorge Campos, que foi escalar com Paulo, Bruno e Lucia: houve guiada da Lucia, e escalada de luva e bota pelo Bruno.

Chegou final de semana e nenhum grupo conseguiu escalar mais por causa da chuva. Eu e Alex conseguimos fazer 260 m da via Tamau no último dia de prazo, e meu grupo passou longe da meta, com menos de 400 m escalado. Por sorte os outros também não conseguiram fazer muito mais.

Na terça anterior à atividade, nós sorteamos um enigma para cada grupo: uma adivinhação muito louca que nos rendeu boas risadas, e depois de dias foi finalmente adivinhada pela Camila do CBM 104.

## Atividade 3

Dividida em uma parte coletiva: andar pela areia toda a praia de Ponta Negra a Itaipuaçu, na madrugada de sexta para sábado; e uma segunda parte, logo depois da andança, que era: ou escalar uma via no PESET, ou subir a trilha do Alto Mourão. A primeira etapa seria em revezamento do grupo, cada um andaria metade do trajeto. Um carro faria a troca de participantes, e eles continuariam andando com integrantes de outros grupos. A segunda parte também poderia mesclar participantes: um de cada grupo escalaria junto, enquanto outro do grupo iria pro Alto Mourão.

A atividade distante e de logística mais complexa acabou impossibilitando a participação da maioria, mas a dupla Leo e Grazi cumpriu a missão inteira, fazendo inclusive o Alto Mourão e a escalada, garantindo assim belos pontos para o CBM 102.

## Atividade 4

Circuito de escaladas mais trilhas: escalar a via Jorge de Castro, descer a trilha da Agulhinha da Gávea, pegar a trilha para o grotão da Pedra Bonita para chegar na Pedra da Gávea, escalar a via Bip-Bip, subir o restante da Pedra da Gávea, descer a Pedra da Gávea novamente para o grotão, via chaminé Ely, subir a Pedra Bonita e terminar o circuito.

Novamente essa atividade caiu em um feriadão, e alguns participantes iriam viajar. Acabamos indo eu (CBM 103), Bernardo Castro e Franklin (ambos CBM 104). Fizemos a Jorge de Castro sem problemas, mas demoramos pois escalamos em “i”. Descemos a trilha, paramos para lanchar e pegamos a trilha até a base da Bip-Bip, ainda sem muita in-



Encontro dos CBMs 103 e 106



CBM 107 pagando a prenda com *silvertape*



Grazi andando o trecho final da praia encordada



**Patrícia mostra o estado deplorável dos participantes (CBM 103 + 104) ao final da atividade**

tenção de fazê-la, por achar que chegaríamos muito tarde para começar. Na verdade, eu sabia que a atividade inteira seria impossível para nós, que não conhecíamos as vias, mas esperava ao menos chegar até o cume da Pedra da Gávea e de lá voltar pela rota de descida normal. Porém, como demoramos muito na primeira via, pensei que talvez nem a Bip-Bip seria possível.

Para nossa surpresa, não demorou muito e encontramos a base, e “ainda” eram 13h. Considerando que a via possui 215 m, achamos que era viável fazê-la e possivelmente chegar ao cume da Pedra da Gávea. A Bip-Bip, para quem não conhece, é uma via basicamente de horizontais e diagonais. Ao final dela ainda teríamos que encontrar a trilha de acesso à trilha principal da Pedra da Gávea.

E lá fomos nós, em “i” novamente. Bernardo foi brabo de guiar tudo, pois a via é exposta e é 3º grau de antigamente. No lugar que entendemos ser o final da via, nos desencordamos, desequipamos e seguimos beirando uma parede de pedra e plantas, por uma trilha. Chegamos numa parte mais aberta, mas sem ver por onde continuar subindo. Então vimos um grampo perdido, uma trilha indo para baixo e um caminho seguindo em frente, mas que ia ficando esquisito, com mais cara de escalar novamente.

Ficamos ali bastante tempo tentando entender o que era para fazer, procuramos informações na internet (por sorte o telefone pegava), até que nos rendemos a ligar pro Caetano, que estava descendo a Pedra do Sino mas atendeu e tentou ajudar, sem muito sucesso.

Nisso já era fim de tarde e começaria a escurecer em breve. Eu já estava aceitando que iria passar a noite ali e esperar o Caetano nos resga-

tar no dia seguinte, o que seria bem ruim, pois não tínhamos muita água. Não sei como o Caetano ressuscitou uma foto dele mais novo escalando o trecho final dessa via, bem no lance que a gente tinha visto, mas achava que não era o caminho.

Novamente nos equipamos para fazer o trecho final. Escalamos já no escuro, com lanterna, e guiada do Bernardo. Depois entramos em um mato fechado, mas seguimos na direção do *tracklog* que tínhamos da trilha principal, vendo o melhor caminho para alcançá-la. Não demorou muito e finalmente chegamos no local chamado Praça da Bandeira. Ficamos muito aliviados, pois dali era “só” descer a trilha normal da

Pedra da Gávea.

Uma hora depois estávamos batendo na vendedeira ali do condomínio para comprar bebidas. Ainda tivemos que pegar um Uber para resgatar o carro do Bernardo, perto da entrada da Jorge de Castro. A missão não chegou nem perto de ser cumprida, mas não ter que dormir na Pedra da Gávea foi a vitória do dia!

## Atividade 5

A última atividade acabou ficando para alguns finais de semana depois. Fomos ao CEB numa terça sortear a tarefa, e na verdade tínhamos um “leilão” de montanhas na região do Parque Nacional da Serra dos Órgãos, sendo que a rota de cada grupo seria definida por sorteio e leilão.

Eu já tinha uma viagem marcada e voltaria no sábado da atividade, por isso não consegui subir pra Serra, e acabei escalando com a Meike e Raquel Machado no Grajaú mesmo. Mas Grazi, Leo e Stephanie (CBM 102), Fernanda e Renan (CBM 107) e Dani (convidada) fizeram a Petrô-Terê em um dia, enquanto Bernardo e Renata (CBM 102) e Aline (CBM 106) escalaram o Dedo de Deus. Essas atividades garantiram muitos pontos para o CBM 102.

Por fim, merecidamente o CBM 102 ganhou o Desafio 2023, o que já era esperado, pois foram os únicos que participaram de todas as atividades. Mas o que todos nós ganhamos: a diversão, os aprendizados e as lembranças de dias fantásticos com os amigos. Obrigada, mestre Caetano!

# Carretera Austral

Ana Maria Xavier

**Meu primeiro contato** com a Patagônia foi em 2010, numa cicloturagem pela sua parte norte (entre Chile e Argentina). Nesta época eu já pretendia conhecer Torres Del Paine, mas isso só aconteceu em 2015, quando entrei de última hora em viagem já programada de amigos: foram 18 dias incríveis, e minha paixão pela Patagônia só aumentou.

Ouvi falar da Carretera Austral (na Patagônia chilena), fui procurar informações e fiquei com muita vontade de percorrê-la de *bike*. Isto demorou um pouco, pois eu precisaria de muitos dias de férias no verão, o que não era possível na época, mas quando realmente se quer tudo tem sua hora de acontecer!

Parando de trabalhar formalmente em 2021, ainda na pandemia, comecei a planejar e me preparar fisicamente, mas em 2022 é que realmente fui a fundo. Convidei muitos amigos, mas como a viagem era um pouco longa, a maioria não poderia.

Fomos eu e Roberto Bianchini, após 7 meses de preparação e planejamento, usando como maior fonte de consulta o livro do Guilherme Cavallari “Carretera Austral”, o Google Earth, vídeos no YouTube e relatos na internet. Em paralelo começamos a comprar equipamentos adequados ao clima, à duração da viagem e infraestrutura; intensificamos e procuramos uma preparação físi-



Roberto atravessando o arco-íris



**Chegando no Chile**



ca mais específica; programamos algumas miniciclovagens para o decorrer do ano, mas só conseguimos fazer uma.

Janeiro de 2023 chegou rápido e confesso que, apesar de sonhar tanto com esta viagem, estava com um pouco de medo. Faço ciclovagens desde 2003, mas esta seria a maior, com mais peso e por lugares mais desertos. Vale ressaltar que é possível fazer quase toda Carretera pernoitando em *hostels*, mas nos últimos 240 km da jornada não há opções de hospedagens, apenas *campings* sem estrutura, e neste trecho também é preciso levar toda a comida necessária para 3 ou 4 dias.

A Carretera Austral liga Puerto Montt a Villa O'Higgins, tem 1200 km de extensão, muitas atrações e algumas travessias de balsas. Ela corta muitos dos principais parques nacionais do Chile, sendo difícil escolher quais deles visitar!

Durante o planejamento decidimos fazer um pouco mais que a Carretera: começamos a viagem em Bariloche, fomos a Villa la Angostura e entramos no Chile pelo Paso Internacional Cardenal Antonio Samore, até Entre Lagos (a primeira cidade do Chile). Dali começamos a fazer o circuito "Lago Llanquihue", passando por Puerto Octay, Frutillar, Puerto Varas até Ensenada. Esta parte era mais urbana; em Puerto Varas paramos 2 dias para comprar gás, alguma comida e outros insumos, como um selim (o que levei do Brasil com pouco uso estava me machucando; o ruim foi aumentar o peso da bagagem com o selim extra). Todas as cidades do entorno deste lago são de colonização alemã, mas Puerto Octay é a que mais preserva a história e a cultura, é linda.

De Ensenada seguimos para Cochamó, e no segundo dia entramos na Carretera Austral em Caleta Puelche, pulando o trecho inicial de Puerto

Montt até a travessia de balsa para Caleta Puelche. Imaginei que ao entrar na Carretera iria comemorar muito, mas estava tensa, pois um bagageiro meu não resistiu ao rípio (uma espécie de cascalho) de Cochamó, então eu fiquei com o alforje de apenas um lado, e Roberto carregou o outro. Pedalamos mais um dia assim e na cidadezinha de Hornopirén conseguimos consertar.

De lá pegamos duas balsas e um trecho de ônibus até chegarmos a Caleta Gonzalo, início da parte sul do Parque Pumalín. A rota atravessa o Parque até chegar a Chaitén, onde muitos ciclistas iniciam a viagem, mas é imperdível passar pelo trecho do Parque, estrada lindíssima por entre lagos e vulcões.

A partir da cidade de Chaitén seguimos a Carretera, passando pelas localidades:

- **Villa Santa Lucía:** pequena vila com duas ruas à beira da Carretera, que está sendo reconstruída, pois uma forte chuva a destruiu, muitas pedras rolaram das montanhas. Mesmo sendo pequena, lá encontramos hospedagem, lugar para comer e um minimercado bem abastecido.

- **La Junta:** cidadezinha linda, maior que a anterior e com tudo que precisávamos: hospedagem, comida e mercadinhos, muito bem cuidados.

- **Puyuhuapi:** bem mais sofisticada que as anteriores, importante polo turístico. Pequena também, mas com forte estrutura turística, inclusive termas.

- **Parque Nacional Queulat:** muito próximo de Puyuhuapi. Visitamos a geleira Ventisquero Colgante e passamos a noite no camping Experiencia



Famosa curva em 'S',  
próxima à Villa Cerro Castillo

© Roberto

Austral. Parque lindíssimo, com ótima estrutura de acampamento (a melhor que já vi até hoje), com muitas opções dos mais variados níveis de trilhas. Porém, como tínhamos que continuar nossa viagem, optamos apenas pelo lindo “Mirador do Ventisquero”.

- **Villa Amengual:** vila lindinha rodeada de torres (como as montanhas pontudas são chamadas por lá), onde se perde o fôlego pela beleza e pelas duas grandes serras que atravessamos neste dia.

- **Villa Mañihuales:** também pequena, mas bem estruturada. Dia fácil e lindo, sem grandes subidas e com muita variação na paisagem. O início com torres ainda nevadas no topo, e o final com planícies verdes a perder de vista. Lembrou um pouco um trecho da “Via Claudia Augusta”, na Alemanha.

- **Coyhaique:** maior cidade da Carretera, está situada quase no meio dela. Grande, com 50.000 habitantes, é base de vários atrativos, como a Reserva Nacional Coyhaique, Parque Nacional Cerro Castillo, Capillas de Marmol entre outros. Fica relativamente próxima a Balmaceda, cidade com aeroporto. Paramos um dia para descanso, nos abastecemos de comida e continuamos a viagem, pois como estávamos seguindo a Carretera passaríamos por estas atrações.

- **Villa Cerro Castillo:** última cidade onde se chega por asfalto, a partir daí somente rípio até o final. Ao longo dos 98 km de Coyhaique até aqui, passamos pelo povoado de El Blanco e pela bifurcação para Balmaceda, a partir de onde a paisagem se tornou mais deserta, com uma fazenda distante da outra. Neste dia o caminho era largo

(que para os chilenos significa longo), e também tivemos a subida mais longa da Carretera (mas se não fosse pelo vento, em alguns trechos nem dava para perceber que era subida). Passamos pela sede e acesso principal à Reserva (Parque) Cerro Castillo, e pela famosa descida em ‘S’, longa e sinuosa, próxima à cidade, que é o paraíso dos montanhistas. Estes lotam a região e vêm de todas as partes do mundo, para vários atrativos no Parque.

- **Puerto Rio Tranquilo:** distante cerca de 120 km de Villa Cerro Castillo, em estrada com muitas pedras e bem cansativa nos primeiros 17 km. Não há hospedagem, apenas *campings*, sendo um no km 30 e outro no km 82, ou em Bahia Murta no km 100. Ficariamos no km 82, porém encontramos outra hospedagem no km 78; a ideia era percorrer em 2 dias. A cidade é importante polo turístico, às margens do Lago General Carrera (maior do Chile) e base para visita às famosas Capillas de Marmol, uma das principais atrações da minha lista. Reservamos um dia para descanso e este passeio, mas não foi possível realizá-lo pois o clima mudou, a Guarderia fechou o Lago, e não adiantaria ficar mais um dia porque a previsão era que o tempo só piorasse.

- **Puerto Bertrand:** distante 70 km de Rio Tranquilo, no caminho passamos pela bifurcação para Chile Chico. Iniciamos o dia com um arco-íris, porém logo começou a chover e só parou no dia seguinte. Localidade pequena, mas importante polo turístico, base de saída para canoagem e *rafting*. É cortada pelo lindíssimo azul Rio Baker. Tem poucas (e caras) opções de restaurantes e hospedagens.

- **Cochrane:** distante 50 km de Bertrand. Neste dia passamos pelo famoso encontro dos Rios Baker e Neff, depois tivemos uma grande subida (uma das mais bonitas da viagem), passando pela entrada do belo Parque Nacional Patagônia, do qual não visitamos a sede (fica para a próxima!). Cochrane é uma importante cidade, a última da rota antes de Villa O'Higgins. A partir daí entra-se nos últimos 240 km mais desertos da Carretera, sem opções de hospedagem. Paramos 2 dias por causa da chuva e para nos prepararmos melhor para este trecho, que poderia ser percorrido em 3, 4 ou 5 dias.

Cochrane é base para muitas caminhadas, cercada de nevados, o que vimos bastante, pois com as fortes chuvas de dois dias o tempo esfriou muito e as montanhas, que nesta época quase não têm mais neve, amanheceram cobertas, todas branquinhas, estava lindo!

- **Camping El Risquero** (entre Cochrane e Puerto Yungay): neste trecho há apenas dois campings distantes 4 km um do outro. Optamos pelo 2º, pois no 1º não havia mais vagas, porém de qualquer forma acredito ter sido melhor. Ficamos numa espécie de abrigo onde havia uns estrados, mas como nossos isolantes eram infláveis, dormimos no chão, já que o solo estava muito molhado para armar a barraca. A proprietária do local recarregou nossos aparelhos em sua casa e nos serviu um maravilhoso jantar. Ainda havia a opção de café da manhã, mas decidimos preparar o nosso, pois estávamos bem abastecidos de comida.

- **Puerto Yungay:** a partir do *camping* entramos no trecho onde não dava para programar exatamente onde dormir, apenas a quilometragem e horário. Havíamos estudado bastante este trecho com as informações disponíveis: até a próxima cidade (Villa O'Higgins), o ponto final, teríamos 150 km e 2.220 m de altimetria, que poderiam ser feitos em 2 ou 3 dias. Primeira etapa, para Puerto Yungay: após a bifurcação para Caleta Tortel, inicia-se uma serra simplesmente linda, mas com subidas difíceis, e precisávamos controlar o horário devido à travessia da balsa. Neste lindo dia conhecemos um casal de ciclistas e seguimos quase juntos: ela romena e ele italiano, mas a conversa fluiu bem. Chegamos no porto e tivemos que esperar 1h30 pela última balsa, que seria às 18h. No outro lado (Embarcadero Rio Bravo) há um abrigo para ciclistas e mochileiros montarem barracas, mas fomos informados que ele estava fechado para obras. Mesmo assim optamos por atravessar, pois no dia seguinte a primeira balsa sairia tarde, às 9h. Então seguimos pedalando do outro lado, mas em 1 km encontramos um casebre com um *deck* meio destruído e com duas paredes, mas foi perfeito para a barraca ficar protegida do vento, e ficaríamos tranquilos, pois não passaria mais ninguém neste dia.

- **Puerto Rio Bravo:** decidimos tentar fazer este trecho final de 100 km em um dia (eu não queria mais ficar sem banho!). Começamos a pedalar cerca de 9h, tínhamos muita quilometragem, muitas subidas e lindas paisagens pela frente. O pedal estava tranquilo e podíamos desfrutar da paisa-



gem sem muita preocupação, pois sabíamos mais ou menos os horários que passariam carros, de acordo com o horário das balsas (são 3 por dia). Marcamos um horário para a decisão de continuar ou pernoitar no caminho (30 km antes de O'Higgins havia um abrigo para ciclistas). Para nossa surpresa, ao longo deste trecho havia alguns abrigos novíssimos, apenas com tablado e telhado, mas que protegiam um pouco do vento. Passamos pelo abrigo dos ciclistas por volta de 17h e decidimos continuar; eu já estava bem cansada, mas as lindas paisagens davam mais fôlego e vontade de seguir. Chegamos em Villa O'Higgins às 20h, paramos no monumento de término da Carretera e não consegui conter as lágrimas: eu tinha completado a Carretera Austral! Fizemos algumas fotos e seguimos para um delicioso hostel com uma cama maravilhosa, depois de muito cansaço.

• **Villa O'Higgins:** um vilarejo lindo no meio de montanhas e vulcões. Não há saída para veículos: aqueles que optam por percorrer a Carretera de carro precisam voltar deste ponto até Cochrane, onde há outras estradas. Ciclistas e caminhantes continuam e atravessam para a Argentina de barco.

Sobre esta travessia, que conseguimos fazer em dois dias, daria para escrever outro artigo... Este trecho é composto por: 1h30 de barco pelo Lago O'Higgins/Lago San Martin, 12 km de estrada e 6 km de trilha, até chegar à Laguna Del Desierto para a última travessia de balsa, que dura em torno de 20 minutos, e dali são mais 40 km até El Chaltén.



E aqui, um adendo a esse relato: somos pessoas comuns, experientes em pedaladas, mas não fizemos qualquer treinamento com acompanhamento profissional (embora isso pudesse ser bom); focamos em pedalar e fazer musculação, o que já fazemos sempre, apenas tivemos foco para essas atividades serem mais frequentes e regulares, em consonância com nosso planejamento.

Conseguimos: foram 1.670 km pedalados, com 22.900 m de altimetria. Fizemos no nosso ritmo: houve dias difíceis e dias muito fáceis, mas todos lindos e enriquecedores!

Ana Maria Xavier de Assis  
Guia do CEB



No caminho

@ Roberto



Final da Carretera Austral

# BICHOS, PLANTAS E AFINS

Ana Isabel Aguiar, Cláudia Bessa e Mônica Vilarim

A excursão à Praia do Peró (Cabo Frio), com o guia Milton Roedel em 26/05, além de proporcionar experiências incríveis, rendeu o tema dessa coluna.

Fotos de Mônica Vilarim

## 1. IPOMEA

“A *Ipomoea pes-caprae* tem este nome na botânica, em latim, por suas folhas apresentarem a forma de V, lembrando a ponta de um pé de cabra. No Brasil, a sub-espécie *brasiliensis*, comum em todo o nosso litoral, é conhecida popularmente pelo nome de salsa-de-praia. Esta planta é muito resistente ao sal e mesmo quando as suas sementes são levadas por correntes marinhas para lugares muito distantes de sua origem, elas não sofrem nenhum dano e são capazes de germinar tão logo cheguem a um lugar propício”.

Fonte: [https://ilhadeCANAVIEIRAS.blogspot.com/2012/10/flora-de-restinga-nas-praias-de\\_30.html](https://ilhadeCANAVIEIRAS.blogspot.com/2012/10/flora-de-restinga-nas-praias-de_30.html)



“*Ipomoea imperati* é uma herbácea rastejante, com flores brancas tendo em seu centro uma mancha indo do amarelado ao púrpura. Ela é típica das regiões de restinga de toda a costa brasileira, suportando bem o aterramento temporário pela areia de praia.

O seu período de intensa floração vai de maio até agosto, porém há floração durante o ano inteiro e as suas belíssimas e alvas flores duram poucas horas, pois abrem, acompanhando o sol, no início da manhã e fecham, morrendo, ao anoitecer.

Esta planta tem uma importante função na fixação das dunas de areias e na fixação das areias da praia acima da linha da maré alta, evitando, assim, a sua erosão”.

Fonte: [https://ilhadeCANAVIEIRAS.blogspot.com/2012/10/flora-de-restinga-nas-praias-de\\_30.html](https://ilhadeCANAVIEIRAS.blogspot.com/2012/10/flora-de-restinga-nas-praias-de_30.html)

## 2. PITANGATUBA OU PITANGUBAIA (*EUGENIA SELLOI*)



“Nome indígena: PITANGATUBA vem do Tupi, referindo-se a “pele do fruto, que é tenra fina ou delicada e o adjetivo TUBA significa grande ou largo como de fato o fruto é”. Também é chamada de Pitanga-carambola e Pitanga-ubá.

Origem: Endêmica da restinga litorânea do Espírito Santo, Rio de Janeiro e São Paulo, Brasil”.

Fonte: <https://www.colecionandofrutas.com.br/eugenianeonitida.htm>

### 3. GURIRI



“*Allagoptera arenaria*, também conhecida como caxandó, coquinho, guriri, guriri-de-praia é uma pequena palmeira típica de regiões de restinga, endêmica em toda a costa brasileira. [...]”

Os seus frutos, pequenos e dispostos em uma espiga, são verde-amarelados por fora e de um intenso amarelo-dourado por dentro, quando maduros. Eles são comestíveis in natura, adocicados e muito gostosos e também são usados para a confecção de doces, licores e geleias.”

Fonte: <https://ilhadecanavieiras.blogspot.com/2012/10/>

### 4. BARLÉRIA



“*Barleria repens*, conhecida popularmente como barléria, é uma planta nativa do continente africano, mas muito comum nas restingas das praias [...] e, por este motivo, podemos classificá-la como invasora, contudo, não podemos deixar de mencioná-la, face à sua beleza e ao seu grande poder de ornamentação”.

Fonte: <https://ilhadecanavieiras.blogspot.com/2012/11/flora-de-restinga-nas-praias-de.html>

### 5. ORQUÍDEA (*EPIDENDRUM SECUNDUM*)



“*Canavalia rosea*, também conhecida popularmente como feijão-de-praia ou cipó-de-praia, [...] típica de restinga, mais especificamente, das areias imediatamente após a linha da maré alta e está presente em todo o litoral brasileiro.

Ela é muito útil para evitar a erosão da orla praiana, ocasionada pelas marés altas e, principalmente, pelas ressacas. Por isto ela deve ser preservada pela comunidade”.

Fonte: <https://ilhadecanavieiras.blogspot.com/2012/10/flora-de-restinga-nas-praias-de.html>

### 6. FIGUEIRA-DA-ÍNDIA



*Opuntia ficus-indica*, conhecida como figueira-da-índia, é uma planta invasora. Ou seja, sua origem não é brasileira.

### 7. CIPÓ-DE-PRAIA



## 8. AROEIRA-VERMELHA OU PIMENTA-ROSA (*SCHINUS TEREBINTHIFOLIUS RADDI*)



“A aroeira também é chamada de pimenta-rosa por conta do seus frutos, que são drupas globosas de coloração vermelha brilhante. Disseminados e apreciados pelos pássaros, são colhidos diretamente da árvore quando estão maduros, entre janeiro e julho, e, por possuírem pouca polpa, podem ser utilizados como se fossem “sementes”. Estima-se que um quilo de sementes contém aproximadamente 44 mil unidades de aroeira. Por esse motivo a espécie possui um alto valor econômico sendo recomendada nos plantios de restauração de áreas degradadas.”

Fonte: <https://apremavi.org.br/aroeira-vermelha-uma-pimenta-aromatica-do-brasil>

## 12. SOPHORA TOMENTOSA



“A espécie pode ocorrer como escandente formando moitas. Cresce nos primeiros cordões arenosos, em restinga arbustiva ou mata de restinga. Também ocorre na margem de manguezal”.

Fonte: [www.reflora.jbrj.gov.br](http://www.reflora.jbrj.gov.br)

## 9. CANUDO DE PITO (*SENNA BICAPSULARIS*)



## 13. BORBOLETA



## 14. GRAVATÁ



## 10. CACTO (*PILOSOCEREUS SP*)



## 11. GAIVOTA



## 15. FEIJÃO DA PRAIA



**Ana Isabel Aguiar**  
Observadora de aves, Membro do COA (Clube de Observadores de Aves) e Sócia do CEB.



**Cláudia Bessa**  
Professora, Bióloga e Guia do CEB.



**Mônica Vilarim**  
Professora, Bióloga e Sócia do CEB.

# CBE 109

Com aulas entre agosto e novembro de 2023, em 28/11/2023 o 109 CBE formou 10 alunos. A seguir, o depoimento de 3 sócios formandos

“Entrar para o CBE 109 foi uma das minhas melhores escolhas de 2023! Desde fevereiro eu buscava um curso que passasse toda a teoria e prática de escalar com segurança. Não queria pagar aulas particulares e fazer aulas isoladas, pois isso parecia insuficiente para mim. Tentei entrar no 1º semestre, mas a turma já estava completa. Comprei minha sapatilha, e com muita sorte e insistência consegui a tão esperada vaga no 2º semestre!

Muito mais que um curso, considero o Centro Excursionista Brasileiro uma grande família, sempre aberta a receber mais apaixonados por natureza e montanha. No final do CBE eu já sentia muita saudade das primeiras aulas.

Deixo um agradecimento especial ao Jorge Campos, Fialho e Caetano pela dedicação em absolutamente todas as aulas. Mesmo à distância, por Whatsapp, seguiam preocupados e passando constantes referências e orientações dos assuntos tratados nas aulas. Estendo o elogio a todos os monitores do CEB que auxiliaram nas práticas, em especial o Sette, que sempre foi parceiro e presente com a turma. Muito obrigada à família CEB, da qual eu nunca mais pretendo ficar de fora das atividades!”

**Aline Assumpção**



“Eu estava esperando a oportunidade de realizar o CBM/CBE há muito tempo, mas nunca conseguia dar um *match* na minha agenda. Até que, com muita paciência e clareza, a queridíssima Lis me mostrou toda a agenda do curso e me apaixonei de cara! Eu tinha uma noção do que estava à minha espera, mas não tinha noção das experiências incríveis que iria viver!

As aulas de muro com Caetano e Adriana sempre foram impecáveis, nos auxiliando em cada técnica, em cada passada. O mais legal de tudo é que a aula de muro era sempre baseada no que íamos enfrentar na pedra nas aulas práticas seguintes!

Esses caras são feras demais! Jorge Campos, com toda sua experiência de vida e de montanha, nos ensinando os procedimentos de resgate de guia, é uma aula que nunca esquecerei! Conectar-nos com a natureza e viver a escalada com eles com certeza é algo que levarei comigo pra sempre!

A todos os guias e monitores que se dispuseram a nos ajudar a crescer, um muitíssimo obrigada!

**Bárbara Ducos**



Sempre gostei de passeios na natureza. Em 2015, fui na Pedra da Gávea com meus filhos e curtimos a experiência do rapel na carrasqueira. O guia que nos conduziu, Vinicius “Banjo”, falou sobre clubes e cursos de montanhismo, e indicou o CEB.

Isso ficou na minha cabeça por anos, até que finalmente em 2023 planejei meu tempo para fazer o curso. Após a decepção de não conseguir vaga na 1ª turma, corri para garantir meu lugar assim que abriram as inscrições da turma seguinte.

Na verdade, eu não tinha muita ideia de como seria o curso e, na minha imaginação, quem sabe um dia, lá na frente, eu conseguiria estar no Morro da Babilônia, como uns pontinhos que às vezes eu via de longe. Mas surpresa: a 2ª aula prática já era lá. Quando vi, estava “pendurado” no Babilônia, com vista maravilhosa para o Pão de Açúcar e Corcovado, e um novo ângulo da Praia de Botafogo, onde costumava correr.

Outra aula marcante foi no Morro da Urca: sempre achei o máximo ver escaladores chegando perto da mureta, e agora era eu que estava do outro lado, sendo observado com a mesma admiração que antes eu sentia.

O curso mostrou o quanto o esporte é diverso, podendo ser praticado igualmente por qualquer pessoa. Metade da turma é 50+, tem mãe e filho de apenas 14 anos, tem colega com idade da minha filha. A convivência traz muitas reflexões e estimula a todos. E tem mais do que escalada: as resenhas no último grampo são muito boas, com histórias dos guias e monitores, e uns papos-cabeça sobre todo tipo de



assunto. Às vezes acho que a adrenalina do esporte influencia um pouco os papos!

A disponibilidade e cuidado dos guias e monitores é algo extraordinário, que nos acolhe, incentiva, e nos faz conseguir evoluir no esporte, muitas vezes acreditando mais na gente e na nossa sapatilha do que nós mesmos.

“O que estou fazendo aqui?” e “Como cheguei aqui?” são perguntas inevitáveis, depois respondidas com o prazer de se superar, vencer medos e bloqueios, lidar com perrengues, ver paisagens por ângulos inusitados.

A concentração total na trilha de aproximação e na escalada me faz desligar do mundo, e no final traz grande relaxamento mental e eu saio renovado.

**Ricardo Paschoeto**



# Travessia Petrópolis x Teresópolis em 1 dia

**Talvez você que** esteja lendo esse artigo já conheça a travessia Petrópolis x Teresópolis de cabo a rabo. Mas te convido a me acompanhar nessa leitura e viver essa experiência comigo. Agora, se você nunca esteve na Petrô x Terê (assim a chamo porque já foram tantas vezes que posso me considerar íntima...), só vem! Aliás, depois de ler, só vá!

Acho que o que me motiva a escrever é que, mesmo sendo um caminho que já repeti algumas vezes, cada ida é sempre única!

Nessa última ocasião em, 03/06/2023, a proposta da travessia era diferente de todas as versões que já tinha feito, o que pra mim era até um pouco assustador: Petrô x Terê em um dia.

Sendo honesta, nunca vi muita razão de percorrer esses caminhos levando meu corpo, e muitas vezes o psicológico, ao extremo. No entanto, o que nos move na montanha também pode ser o

desejo pelo desafio, a busca pela autoestima, pelo reconhecimento. Para mim, o montanhismo sempre teve gosto de afeto, reconexão, desconexão e superação.

Essa travessia não é considerada por muitos como sendo a mais bonita do Brasil à toa. Todo o tempo, somos surpreendidos com montanhas e vales que rasgam o relevo da região compreendida entre os municípios de Petrópolis, Teresópolis e Guapimirim, na região serrana do Rio de Janeiro. E, além disso, não posso deixar de mencionar as formações que deram nome ao Parque Nacional da Serra dos Órgãos: esculpidas pelo tempo, pelo vento, pelas águas, perfeitamente acomodadas como se pudessem realmente transformar a caminhada, de fato, em uma boa música para os ouvidos...

**Danielle Hepner**



© William Nascimento

Mas bem, voltando à travessia em um dia, duvidei que todas as sensações que eu tinha na montanha também poderiam ser sentidas nessa que, na minha cabeça, seria a “travessia da correria”.

E como é bom estar totalmente enganada! Em um dia, também é possível sentir afeto, reconexão, desconexão, superação... Tal foi a minha surpresa ao conhecer esse lado da Petrô x Terê, que encheu meu coração de tranquilidade ao final dos seus quase 30 km.

Vale ressaltar que as coisas, quando têm que acontecer, fluem como a água que jorra de uma nascente. É natural, é orgânico, simplesmente é. E mesmo sendo tão heterogêneo, o grupo que nasceu do encontro do Clube Outdoor (CO) com o Centro Excursionista Brasileiro (CEB) simplesmente fluiu.

Era mais ou menos 7h40 da manhã quando todos estávamos à postos na Portaria de Petrópolis iniciando a caminhada de cerca de 8 km até o Açú. Ouvi conversas, risadas, suspiros... Também ouvi o silêncio das montanhas nas horas que as subidas ficavam mais íngremes e o suor já dava as caras em cada um de nós. Sem cobranças, caminhamos. Acreditando no desafio, fomos, pé ante pé, subindo cada vez mais. Poético seria se eu não falasse das câimbras que atingiram alguns de nós nesse primeiro trecho. Mas precisamos de uma pitada de drama por aqui. Por vezes a sensação de “será que dou conta?!” passou pelos pensamentos... E da mesma forma que surgiram, sumiram.

Nessas horas, inclusive, a união faz toda a diferença, mesmo que as pessoas não sejam velhas amigas. Até porque, é no perrengue que fazemos as grandes amizades!

Por falar em amizade, tem lugar melhor do que a montanha para encontrar pessoas queridas?! E foi ímpar, totalmente único receber sorrisos, abraços e perceber que evento bom foi unir o CO ao CEB. Um misto da sensação de estar “Chapadão” de bons sentimentos e de falar “Grazadeus” que já tá chegando. E nesse ritmo quente, 11h15 estávamos no Açú.

Como saco vazio não pára em pé, e montanhista que não come tampouco, preferimos fazer uma pausa maior para alimentação antes de seguir em frente ou “enfrente”, já que, pelo menos para mim, os fantasmas de outrora estavam sendo combatidos. Lá pelas 12h retomamos nossa pernada.

Tinha lama, muuuuita lama. E teve muita patinação, tombo, teve escorregão... Nada que tirasse o bom humor ou concentração.

Do Açú ao Sino passamos por cinco vales, em muito sobe e desce. E talvez esse trecho da travessia possa ser comparado ao que vivemos diariamente em nossas vidas: grandes altos e baixos,



tropeços, escorregões, mas um grande alívio uma vez que chegamos no topo. E sabe o que mais lembrou o meu dia a dia? Enfrentamos um engarrafamento montanhês! Puro suco de Rio de Janeiro: enquanto uns sobem outros descem, tudo junto e misturado, ao mesmo tempo, numa energia caótica que pairava sobre o Elevador. Perdemos uns preciosos minutos ali. Ou ganhamos? Ainda não tenho certeza. Sei apenas que, em meio ao mini caos do engarrafamento, consegui parar para respirar, e olhar mais ao meu redor em vez de encarar meus pés ou o caminho que eles precisariam pisar. Foi aquela pausa necessária que todo mundo precisa ter para reavivar a energia interna...

Fora essa confusão boa, em outros trechos técnicos conseguimos trabalhar muito da empatia, cooperação, comunicação. O Mergulho fluiu que foi uma beleza, como diria a minha avó. O Cavaliño então, só alegria! Cada um, tendo ou não dificuldade, se colocou num lugar de muito respeito ao próximo, ajuda...



© Renata Faustini



© Renata Faustini

Mas preciso mesmo dizer que meus olhos marejaram quando finalmente visualizei aquela plaquinha “Travessia - Sino - Abrigo 4”, sabe?! Ah aquela plaquinha... Ali, exatamente ali, o coração desmanchou. Mesmo que ainda faltassem quase 12 km para o final, a sensação de que o desafio estava concluído pairou. A beleza do momento parecia uma dessas comédias românticas bobas que nos arrancam pequenos suspiros... E parecia mesmo um filme: o Sol de um lado querendo se pôr, mas ainda resistindo, igual criança que briga com o sono; a Lua do outro lado nascendo e rasgando o céu enorme, imponente, totalmente cheia e perfeita. Talvez fosse Lua, talvez fosse a cereja desse nosso bolo. Enquanto alguns foram direto para o Abrigo se aquecer, outros subiram o Sino e se embebedaram de uma vista sensacional e muita emoção, e lágrimas, e abraços. Era mais ou menos 17h isso.

Para que não ficasse tarde, não demorou muito para descermos do cume e encontramos os demais. Engraçado que o tempo parece congelar mesmo que siga passando sem dó nem piedade de nós...

Logo chegamos ao Abrigo 4 e, dado o avançado da hora, iniciamos a descida infinita do Sino. Lanternas à postos, mas a Lua seguiu fazendo questão de nos acompanhar conforme a noite ia caindo e o céu ficava rosado, lilás, azulado... Por vezes estávamos rindo, falando... Mas também soubemos calar para absorver tudo o que foi vivido durante aquele dia. E foi assim nos últimos quilômetros da travessia.

O grupo todo chegou à Barragem às 21h, onde demos por encerrada a nossa Petrô x Terê.

E assim finalizo esse artigo, dizendo que mais que aproximadamente 30 km caminhados em um dia, tivemos uma experiência para levar para sempre. Eu, no meu desafio pessoal de fazer a travessia dessa forma e conseguir resignificá-la. Uns por jamais terem feito a travessia em outra oportunidade, por estarem andando naquelas bandas pela primeira vez, e terem a coragem de se desafiar a conhecer cada cantinho desse templo tão precioso. Outros por já terem feito essa caminhada tantas vezes e de todos os jeitos, e ainda assim se sentirem emocionados e gratos por mais essa vivência.

E não, não foi a “travessia da correria”, como passou de forma tão leviana pela minha cabeça.

Talvez seja essa a mágica da montanha. Ela cria oportunidades e nos faz viver, na plenitude, grandes momentos. Essa travessia, da forma que aconteceu, foi única e incrível, e tenho certeza que cada um que estava ali jamais irá esquecer.

### *Guias responsáveis*

Bruno Negreiros (CO), Rafael Damiani (CEB), William Nascimento (CEB).

### *Participantes*

Alex Espinosa (CEB), André Almeida (CEB), Bruno Alvarenga (CEB), Enzo Baiocchi (CEB), Fernando Magalhães (CEB), Vivian Crohmal (CEB), Cátia Alves (CO), Danielle Hepner (CO), Eduardo do Valle (CO), Larissa Ferreira (CO e CEB), Leonardo da Luz (CO), Renata Faustini (CO).

**Danielle Hepner**  
Clube Outdoor





# ANDANDO PELA ARGENTINA

**BUENOS AIRES  
BARILOCHE  
MENDOZA**

**Lucia Santos**

A excursão “Argentina 2023”, entre 27/01 e 16/02, foi organizada pelo Horacio Ragucci. Ele guiou 14 participantes (dos quais 8 também foram na “Patagônia Argentina 2020”). Percorridas cerca de 14 trilhas, em mais de 126 km e desnível total de 5100 m. Eis alguns destaques:

Buenos Aires (3 dias): trekking urbano.

Bariloche (12 dias): Refúgios de montanha (Jakob, Otto Meiling, Agostino Rocca, Lopez),

Tambo de Báez, Glaciér Alerce, Cerro Tronador (trecho), Pico Turista, Cascatas Santa Ana e Dora (quase na fronteira do Chile).

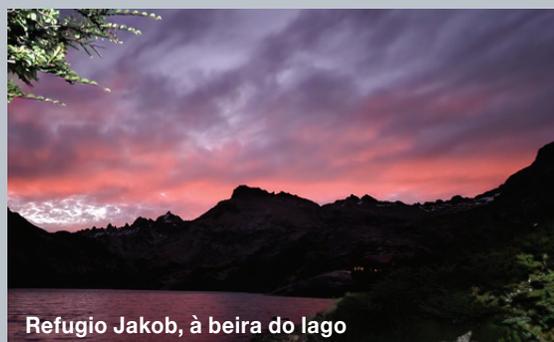
Mendoza (4 dias): Parque Aconcágua, Valle del Plata (Cerro Arenales, Cerro Loma Blanca).

**Lucia Santos**

Diretora de Comunicação Social



Cerro Tronador ao anoitecer



Refugio Jakob, à beira do lago



A caminho do Refugio Jakob



A caminho do Refugio Jakob



Cascada Santa Ana



Cascada Dora



Mirante do Cerro Aconcagua



A caminho do Refugio Otto Meiling



Atravessando o glaciar



A caminho de Tambo Baez



Pico Turista



Cerro Loma Blanca



Refugio Lopez ao amanhecer



Valle del Plata

# ACONTECEU NO CEB

JULHO

05



Palestra “Marrocos: história, arquitetura, belezas”, com Nerval Roedel

JULHO

27



Aniversariantes julho

AGOSTO

02



X Bazar de Equipamentos Novos e Usados



AGOSTO

03

## Formatura do 3º CBC - Curso Básico de Caminhada

Coordenado pelas guias Simone d'Oliveira e Maria Fernanda Patrício, o 3º CBC promoveu, entre fevereiro e julho, aulas teóricas e práticas abordando temas como: História do Montanhismo, Ética no Montanhismo, Meio ambiente e Sustentabilidade, Equipamentos e Vestuário, Orientação, Nutrição e Cozinha de Montanha, Técnicas de caminhada, Técnicas de acampamento, Técnicas verticais, Reflorestamento, Primeiros Socorros, Animais Peçonhentos, Preparação Física.



AGOSTO

16



**Rio Mountain Festival**

Sessão da Mostra Internacional de Filmes de Montanha edição 2022, em versão “pocket” (4 curtas de Mountain bike, Escalada, Alta montanha, Highline), apresentada por Alexandre Diniz.

AGOSTO

23



**Palestra sobre Montanhismo Ultraleve, com Felipe Couto e Davi Ribeiro**

AGOSTO

30



**Biblioteca do CEB**

Visita de Benjamin Cowan, professor da Universidade da Califórnia e pesquisador sobre História do Montanhismo.

AGOSTO

31



**Aniversariantes agosto**



SETEMBRO  
20

**Palestra Assédio no Montanhismo: um papo para homens e mulheres, com Giovanna Vicentini**



SETEMBRO  
28

**Aniversariantes de setembro**



OUTUBRO  
02

**Palestra Great Himalaya Trail (GHT), com Manoel Morgado.** GHT é um exigente trekking que cruza o Nepal de leste a oeste pela Cordilheira do Himalaia, em mais de 1420 km de distância e 85 km de altimetria positiva. Morgado, que já palestrou no CEB em 1994 e 2015, foi o 1º sul-americano a completar a GHT, em 125 dias de percurso em 2024.



OUTUBRO  
04

**Palestra Segurança em atividades de montanhismo, com Francisco Caetano**



OUTUBRO  
18

**Encontro dos Veteranos - Montanhistas de todos os Clubes**



OUTUBRO  
18

**Zilda Magalhães vira sócia benemérita**  
Título concedido pelos seus relevantes serviços prestados ao CEB e ao montanhismo.



OUTUBRO  
**26**

Aniversariantes de outubro



NOVEMBRO  
**09**

Festa dos 104 anos do CEB



NOVEMBRO  
**28**

Formatura Curso de 1º de Cordada - coordenado pelo guia Flávio de Lima, teve aulas teóricas e práticas entre setembro e novembro.



NOVEMBRO  
**30**

Aniversariantes de novembro e montagem da árvore de Natal



DEZEMBRO  
**14**



DEZEMBRO  
**18**

Apresentação do Coral do Sisejufe



Confraternização de Natal - O salão lotou para nossa tradicional festa natalina com amigo-oculto, Festa dos aniversariantes de dezembro e Premiação do Desafio de Escalada.

# ACONTECEU POR AÍ...

SETEMBRO

20-24



## 2º Congresso Brasileiro de Trilhas, em Niterói-RJ

- Horacio Ragucci apresentou o CEB na mesa-redonda “História dos Clubes na Construção e Manutenção das Trilhas ao Longo dos Anos”
- Dentre os veteranos homenageados: os guias do CEB Francesco Berardi e Zilda Magalhães, e a associada Marineth Huback.

OUTUBRO

13



Exibição do Globo Repórter sobre a Serra dos Órgãos - O programa da TV Globo citou o CEB e teve participação especial de Francesco Berardi (na véspera de seu aniversário de 83 anos).

# REALIZAÇÕES DA DIRETORIA DO CEB JAN/DEZ 2023

## ADMINISTRAÇÃO GERAL

- Novo *layout* da carteirinha física de associados e guias;
- Isenção da mensalidade para menores de 5 anos;
- Criação de 2 grupos no WhatsApp:
  - CEB OFICIAL (com interação entre os associados/guias);
  - CEB INFORMA (somente para envio de comunicados e informes);
- Padronização visual de certificados e divulgações oficiais.
- Criação da Lojinha do CEB (com estoque) na secretaria.

## TECNOLOGIA DA INFORMAÇÃO

- Contratação de empresa para hospedagem do site – HS Brasil;
- Melhorias no site do CEB:
  - Atualização do sistema de inscrições de atividades, com a inclusão de novas funcionalidades e correções de problemas;
  - Criação da carteirinha digital;
  - Implementação do Termo de ciência de riscos e responsabilidades para as atividades oficiais.

## FINANCEIRO

- Redução da tarifa de cobrança e retirada da responsabilidade dos associados;
- Implementação de desconto para pagamento antecipado de anuidade;
- Criação de um fundo fixo para a compra de material de montanhismo.

## TÉCNICO

- Implementação do Projeto Nosso Guia, que distribuiu materiais para guias de escalada e caminhada sorteados;
- Estabelecimento de parceria com a INNOVA para a aquisição de material de escalada com preços diferenciados;
- Reestruturação nas coordenações dos cursos CBE e CBC;
- Incentivo a atividades de escalada e caminhada com a realização dos desafios 5K e Cumes, coordenada pelo Guia e Presidente do Conselho Técnico Ernane Wermelinger (Tufo) que resultou, no ano de 2023, em 1.814 atividades de escaladas/caminhadas.

## PROJETOS 2024

- Venha conhecer o montanhismo através da história do CEB (palestra e exposição);
- Retorno do campeonato de boulder / muro CEB;
- Encontro na sede do CEB dos conquistadores de vias de escaladas e caminhadas;
- Elaboração de pequeno resumo em pdf, “Manual de boas vindas para novos associados do CEB”;
- Criação de novo curso de escalada de vias longas para atender nossos associados e público geral;
- Incremento de excursões e incentivo a atividades culturais;
- Realização de cadastro no sistema da biblioteca de todas as fichas de inscrição, diplomas e matrículas dos alunos dos cursos CBE e CBC.

# PROJETO NOSSO GUIA

## GANHADORES EM 2023

GUIA	MODALIDADE	MATERIAL	DATA
1 Ernane Wermellinger	Escalada	Corda 60m	15/07/2023
2 Francisco Caetano	Escalada	Corda 60m	15/07/2023
3 Tarcísio Neves	Escalada	Corda 60m	15/07/2023
4 Horário Ragucci	Caminhada	Mochila/Cordelete	15/07/2023
5 Almir Abreu	Caminhada	Mochila/Cordelete	15/07/2023
6 Ricardo Barros	Escalada	Corda 60m	14/09/2023
7 Henri Sidney	Escalada	Corda 60m	14/09/2023
8 Zilda Magalhães	Caminhada	Mochila/Cordelete	14/09/2023
9 Adilson Peçanha	Caminhada	Mochila/Cordelete	14/09/2023
10 Ana Maria Xavier	Escalada	Corda 60m	25/11/2023
11 Simone Leão	Caminhada	Mochila/Cordelete	25/11/2023



# PROGRAMAÇÃO

Atividades do CEB disponíveis no período.  
A programação é atualizada no site:  
[www.cebrasileiro.org.br/programacao](http://www.cebrasileiro.org.br/programacao)

DATA	ATIVIDADE	CLASSIFICAÇÃO	LOCAL	DIREÇÃO
01/07/2023	Escaladas Diversas no Parque da Catacumba	Escalada (Diversas)	Parque da Catacumba - Rio de Janeiro / RJ	José de Alencar, Ana Maria Xavier, Ernane Wermelinger, Edison Queiroz, Cláudia Bessa
01/07/2023	Travessia Pau da Fome x Vargem Grande via Água Fria	Caminhada moderada superior	Jacarepaguá - Rio de Janeiro / RJ	Horacio Ragucci, Maria Fernanda Patricio
01 a 02/07/2023	Curso Básico de Caminhada - 3º CBC	Curso (Aula Prática 12 - Acampamento móvel)	PARNASO / RJ	Maria Fernanda Patricio, Simone d'Oliveira, Willians Sousa, Solange Almeida
01/07/2023	Chuva de Pedra	Escalada (4º VI E2 D1 200m)	Morro dos Cabritos - Pq. da Catacumba / RJ	Eric Coelho
02/07/2023	Via Vermelho	Escalada (2º IV)	Pr. Coloridos Urca / RJ	Flávio de Lima
05/07/2023	Caminhada leve na Floresta da Tijuca	Caminhada leve	PNT / RJ	João Mollica
07/07/2023	Via Furanga Kid	Escalada (4º V E2 D1 300 m)	Morro dos Cabritos - Pq. da Catacumba / RJ	Eric Coelho
08/07/2023	Pedal em Arcádia - Lagoa de Lontras - Miguel Pereira - Arcádia	Bicicletada (pesada)	Arcádia / RJ	Ana Maria Xavier, Rodrigo Taveira
08/07/2023	Trilha 360º	Caminhada leve superior	PARNASO Teresópolis / RJ	Zilda Magalhães
08/07/2023	Segundo Arraiá Julino	Recreativa	Sítio Tico Tico - Três Picos - Nova Friburgo / RJ	Almir Siller
08/07/2023	CBE108 convidada: escalada esportiva na Serra	Escalada (4º a 8a)	Pedreira da Barra - Teresópolis / RJ	Eric Coelho, Francisco Caetano
08/07/2023	Subida ao Céu	Escalada (4º VI E1/E2 - 260m)	Dona Marta - Cosme Velho / RJ	Ernane Wermelinger
08/07/2023	Escalada Via Coringa	Escalada (3º Illsup E1 D1 100m)	Pão de Açúcar, Urca / RJ	Edison Queiroz
09/07/2023	Dois Bicos - Vale das Sebastianas	Caminhada moderada	Vale das Sebastianas (PETB) / RJ	Cláudia Bessa, Solange Almeida
09/07/2023	Top rope no Babilônia	Escalada (3' g)	Praia Vermelha / RJ	João Mollica
10/07/2023	Ubatuba - Trilhas, 'Praias Selvagens', Cachoeiras	Caminhada moderada	Ubatuba / SP	Fernando Magalhães
12/07/2023	Pedra Alpina	Caminhada leve superior	Parque Municipal Natural Montanhas de Teresópolis / RJ	Almir Siller
12/07/2023	A Excursão do CEB a Buenos Aires, Bariloche e Mendoza, em janeiro/fevereiro de 2023	Palestra	Sede do CEB / RJ	Horacio Ragucci
13/07/2023	Caminhada leve na Floresta da Tijuca	Caminhada leve	PNT / RJ	João Mollica
14 a 16/07/2023	Circuito Couto x Prateleiras e Pedra Furada	Caminhada moderada	Parque Nacional do Itatiaia / MG	Cláudia Bessa, Milton Roedel
14 a 16/07/2023	Curso Básico de Caminhada - 3º CBC	Curso (Aula Prática 13 - Acampamento móvel)	PETP - Friburgo / RJ	Maria Fernanda Patricio, Simone d'Oliveira, Francisco Caetano
15/07/2023	Invasão Parque Estadual Serra da Tiririca - (PESET)	Escalada (Diversas)	Itacoatiara/Niterói / RJ	Zozimar Moraes, Alexandre Fialho, Edison Queiroz
16/07/2023	Top rope no Babilônia	Escalada (3' g)	Praia Vermelha / RJ	João Mollica
16/07/2023	Parque Natural Municipal Dois Irmãos	Caminhada leve	Leblon - RJ	Sandra Palhano
16/07/2023	Roberto Schmidt	Escalada (3' Illsup E1 D1)	Parque Estadual do Grajaú / RJ	Fernando Magalhães
18/07 a 02/08/2023	Expedição Cipó e Espinhaço	Caminhada moderada superior	Serras do Cipó e Espinhaço / MG	Almir Siller
20/07/2023	Rodolfo Chermont	Escalada (4º V(Ao) D2 E1)	Três Picos (Capacete) / RJ	Tarcisio Neves
21/07/2023	Bode da Tarde	Escalada (4º IV E1 D1)	Três Picos (Morro do Gato) / RJ	Tarcisio Neves
22 a 23/07/2023	Travessia Serra Negra	Caminhada moderada	Parque Nacional do Itatiaia - Parte Alta / RJ	Ana Maria Xavier, Solange Almeida
22/07/2023	Estrada da Boca do Mato x Estrada do Caçambé	Caminhada moderada superior	Parque Estadual da Pedra Branca - Vargem Pequena e Jacarepaguá / RJ	Cláudia Bessa
22/07/2023	Movimentos Primordiais	Escalada (4º IVsup E1/E2 - 132m)	Perdido do Andaraí - Grajaú / RJ	Ernane Wermelinger
22/07/2023	Via Luiz Arnaud	Escalada (4º IV Sup E1 D1 - 180 m)	Babilonia - Urca / RJ	Edison Queiroz
23/07/2023	Travessia Parque Lage x Corcovado x Silvestre	Caminhada leve superior	Rio de Janeiro / RJ	João Mollica, Horacio Ragucci
23/07/2023	Travessia Alto x Quitite	Caminhada moderada superior	Parque Nacional da Tijuca / RJ	Cláudia Bessa, Francesco Berardi
27/07/2023	Caminhada Leve na Floresta da Tijuca	Caminhada leve	PNT / RJ	João Mollica
28 a 30/07/2023	Pedras do André e das Minhas Maravilhas	Caminhada moderada	Vargem Grande, Teresópolis / RJ	Cláudia Bessa, Milton Roedel
29 a 30/07/2023	Chapada da Lua, PNI (sab) + Pico Penedinho (dom)	Caminhada moderada	Parque Nacional do Itatiaia / RJ	Patricia Duffles
29/07/2023	Ladeiraão	Escalada (3º III E2 D1 - 105m)	Aderências do Sumaré (Pedra do Cão) / RJ	Ernane Wermelinger
30/07/2023	Passelo no Jardim Botânico	Recreativa (Leve)	Jardim Botânico / RJ	Simone Leão, João Mollica
30/07/2023	Pernalambulo PNT	Caminhada leve superior	PNT / RJ	Zilda Magalhães
30/07/2023	Oficina de chaminé para Monitores	Escalada	Urca / RJ	Henri Sidney
01 a 15/08/2023	Chapada Diamantina - Caminhadas e Escaladas em Igatú e Lençóis	Caminhada moderada superior	Andaraí e Lençóis / BA	Fernando Magalhães
02/08/2023	Paredão Augusto Ruschi	Escalada (20 III E2)	Morro da Urca - Face Norte / RJ	Arthur Costa
02/08/2023	X Bazar de Equipamentos Novos e Usados	Bazar	Sede do CEB / RJ	Simone d'Oliveira
02/08/2023	Furanga Kid	Escalada (4º V E2 D2 - 290m)	Morro dos Cabritos - Parque da Catacumba / RJ	Edison Queiroz
03/08/2023	Exploração Couto X Prateleiras	Exploração e/ou Averiugação	Parque Nacional do Itatiaia / RJ	Patricia Duffles
05/08/2023	Travessia Santa Isabel x Itaipuaçu com grutas do Spar	Caminhada leve superior	São Gonçalo - Maricá / RJ	Simone d'Oliveira, Horacio Ragucci
05/08/2023	Ladeiraão	Escalada (3º III E2 D1 - 105m)	Aderências do Sumaré (Pedra do Cão) / RJ	Ernane Wermelinger
05/08/2023	Pedra do Prates	Exploração e/ou Averiugação	Pessegueiros - Teresópolis / RJ	Cláudia Bessa
06/08/2023	Caminhada leve na Floresta da Tijuca	Caminhada leve	PNT / RJ	João Mollica
06/08/2023	Agulha do Diabo	Escalada (Caminhada Pesada com Escalada IVsup)	PARNASO (Teresópolis) / RJ	Alexandre Ciancio, Ricardo Barros
06/08/2023	Dois e Três Municípios	Caminhada pesada	Parque Estadual dos Três Picos / RJ	Cláudia Bessa
07/08/2023	Pedra do Minotauro	Exploração e/ou Averiugação	Itaipava / RJ	Cláudia Bessa
08/08/2023	CBE 109 - Aula teórica	Curso	Sede do CEB / RJ	Jorge Campos
10/08/2023	Rochoso 1 e 2	Exploração e/ou Averiugação	Parque Nacional da Serra dos Órgãos / RJ	Cláudia Bessa
12/08/2023	Morro da Penha e Caminho Niemeyer - Niterói	Caminhada leve	Niterói / RJ	Horacio Ragucci
12/08/2023	Pedras de Itaoca e do Macaco	Caminhada leve superior	Maricá / RJ	Willians Sousa, Milton Roedel, Maria Nasaré Monteiro
12/08/2023	Escaladas na Serra - vias Lelé da Cuca e Zé Pritim	Escalada (4º IVsup E2 D2 e 4º IVsup VI/Ao E1 D2)	Cantagalo Oeste / RJ	Eric Coelho
15/08/2023	CBE 109 - Aula teórica	Curso	Sede do CEB / RJ	Jorge Campos
15/08/2023	Oswaldo Pereira	Escalada (4º Vsup (A1/V1) E1/E2 D3)	Itacoatiara (PESET), Niterói / RJ	Tarcisio Neves
18 a 24/08/2023	Inhotim, BH, Almorés, Vitória	Caminhada leve	Minas Gerais e Espírito Santo / RJ	Simone Leão, Sandra Palhano
18 a 20/08/2023	Escaladas no Vale dos Frades e Sebastianas	Escalada (3º e 4º)	Teresópolis / RJ	Tarcisio Neves
18/08/2023	Doze de Fevereiro	Escalada (2º IV E1 D1)	Parque Estadual do Grajaú / RJ	Fernando Magalhães
19/08/2023	Pedra Bonita	Caminhada leve	PNT / RJ	Adilson Rodegheri, Francesco Berardi, Willians Sousa, Cláudia Bessa

DATA	ATIVIDADE	CLASSIFICAÇÃO	LOCAL	DIREÇÃO
19/08/2023	Agulha Guarischi	Escalada (3ª VE E2 D2 - 305m)	Itacoatiara / RJ	Henri Sidney
20/08/2023	Testa Nariz e Queixo da Mulher de Pedra	Caminhada pesada	Distrito de Vargem Grande / Teresópolis / Parque Estadual dos Três Picos / RJ	Cláudia Bessa
20/08/2023	Campo Escola Couto Fernandes	Escalada (3ª a 8ª)	Laranjeiras / RJ	Ricardo Barros
22/08/2023	CBE 109 - Aula teórica	Curso	Sede do CEB / RJ	Jorge Campos
23/08/2023	Campo Escola Anibal Moreira	Escalada (II ao VI graus)	Tijuca / RJ	Fernando Magalhães
25/08/2023	Para Hoje Ficou o Mais Confuso de Amanhã	Caminhada leve superior	Parque Nacional da Tijuca - Setor A / RJ	Fernando Magalhães
26/08/2023	Pedra do Sino de Itatiaia	Caminhada moderada superior	Parque Nacional do Itatiaia / RJ	Patricia Duffles
26/08/2023	Travessia Praça Afonso Viseu x Hosp. Cardoso Fontes, trecho 11 da Transcarica	Caminhada moderada	PNT / RJ	Adilson Rodegheiri, Williams Sousa
26/08/2023	Edmundo Braga	Escalada (3ª Illsup E3 D2 - 400m)	Perdido do Andaraí - Grajaú / RJ	Ernane Wermelinger
29/08/2023	CBE 109 - Aula teórica	Curso	Sede do CEB / RJ	Jorge Campos
01/09/2023	Vagando Pela Floresta	Caminhada leve superior	Parque Nacional da Tijuca / RJ	Fernando Magalhães
02/09/2023	Circuito dos Cumes do Maciço da Tijuca	Caminhada pesada	PNT / RJ	Fernando Magalhães
02/09/2023	Pedra Alpina	Caminhada leve	Parque Municipal Natural Montanhas de Teresópolis - Núcleo Santa Rita / RJ	Almir Siller, José Carlos de Oliveira
02/09/2023	Pedra do Quilombo	Caminhada leve superior	Parque da Pedra Branca - Jacarepaguá - RJ	Horacio Raqucci
02/09/2023	Escaladas Diversas Morro do Morcego	Escalada (Diversas)	Morro do Morcego - Niterói / RJ	Ernane Wermelinger
03/09/2023	Covança de Petrópolis	Caminhada moderada	MoNa Maria Comprida / RJ	Cláudia Bessa
03/09/2023	Pedra do Ponto e Morro do Rangel	Caminhada leve superior	Recreio - RJ	Ana Maria Xavier, Sandra Palhano
03/09/2023	Top-Rope Babilônia	Escalada (Diversas)	Babilônia - Urca / RJ	Ernane Wermelinger
05/09/2023	CBE 109 - Aula teórica	Curso	Sede do CEB / RJ	Jorge Campos
07/09/2023	Circuito Cinco Lagos	Caminhada leve superior	Parque Nacional do Itatiaia / RJ	Patricia Duffles
07 a 10/09/2023	Escalada no Complexo da Pedra do Baú e Pedra da Divisa	Escalada (3ª a 6ª)	São Bento do Sapucaí / SP	Eric Coelho, Tarcisio Neves
07 a 09/09/2023	Focinho de Porco do Cardinet e Descida de Rio	Caminhada moderada	Três Picos - Subdistrito de Conquista - N. Friburgo / RJ	Almir Siller, José Carlos de Oliveira
07 a 10/09/2023	Caminhadas em Mimoso do Sul e arredores	Caminhada moderada	Espirito Santo / ES	Cláudia Bessa
09/09/2023	Morro do Gato	Caminhada moderada superior	Parque Estadual dos Três Picos / RJ	Zozimar Moraes, Antônio Dias, Arthur Costa
09/09/2023	Perambulando PNT	Caminhada leve	PNT / RJ	Zilda Magalhães
09/09/2023	Top Rope Light	Escalada (III)	Parque Estadual do Grajaú / RJ	Fernando Magalhães
10/09/2023	Ilhas Gigoia, Jardim Oceânico	Recreativa	Barra da Tijuca / RJ	Zilda Magalhães
12/09/2023	CBE 109 - Aula teórica	Curso	Sede do CEB / RJ	Jorge Campos
13/09/2023	Curso de 1ª de cordada 2023	Curso	Sede do CEB / RJ	Flavio de Lima
16/09/2023	Invasão - Escalada Esportiva no Morro do Gato	Escalada (Diversas)	Três Picos / Nova Friburgo / RJ	Zozimar Moraes, Antonio Carlos Borja, Pedro Bugim
16/09/2023	Circuito Horto - Rio dos Macacos - Jequitibá Gigante - Cachoeiras - Horto	Caminhada leve superior	Horto / RJ	Fernando Ferraz
17 a 21/09/2023	Caminho da Fé	Bicicletada (Pesada/Cicloviagem)	São Paulo - Minas Gerais / SP	Antonio Nicolli, Rafael Damiat, Rodrigo Taveira
17/09/2023	Doze de Fevereiro	Escalada (2ª IV E1 D1)	Parque Estadual do Grajaú / RJ	Fernando Magalhães
17/09/2023	Pico do Taunay	Caminhada moderada	Parque Nacional Tijuca / RJ	Sandra Palhano
17/09/2023	CPC 2023 - 1ª Aula Teórica	Curso Primeiro de Cordada (2º Grau)	Morro São João - Botafogo / RJ	Simone Leão, Flavio de Lima, Antonio Carlos Borja
19/09/2023	CBE 109 - Aula teórica	Curso	Sede do CEB / RJ	Jorge Campos
22 a 24/09/2023	Morro do Couto e cachoeiras em Itamonte	Caminhada moderada	Itamonte / MG	Fernando Ferraz, Rafael Damiat
22/09/2023	Roberto Schmidt Sob Neblina	Escalada (3ª Illsup E1 D1)	Parque Estadual do Grajaú / RJ	Fernando Magalhães
23 a 24/09/2023	Pico do Papagaio da Ilha Grande	Caminhada moderada superior	Ilha Grande / RJ	Milton Roedel Salles, Williams Sousa
23/09/2023	Circuito Morro da Bandeira, Rochoso 1 e 2	Caminhada pesada	PARNASO - Petrópolis / RJ	Cláudia Bessa
23/09/2023	Circuito Morro da Freira (Mirante) via Morro do Queimado	Caminhada leve superior	Alto da Boa Vista / RJ	José Carlos Ferreira, Solange Almeida
23/09/2023	Coloridos	Escalada (3ª grau)	Urca / RJ	José de Alencar
23/09/2023	Escaladas Diversas no Parque da Catacumba	Escalada (Diversas)	Parque da Catacumba - Rio de Janeiro / RJ	Ernane Wermelinger, Henri Sidney
24/09/2023	Paredão Paixão de Cris	Escalada (3o III)	Morro do Cantagalo / RJ	Arthur Costa, Mauricio Carvalho
24/09/2023	Roberto Schmidt	Escalada (3ª Illsup E1 D1)	Parque Estadual do Grajaú / RJ	Fernando Magalhães
24/09/2023	CPC - 2ª Aula Prática	Curso Primeiro de Cordada (2º Grau)	Face norte do morro da Urca / RJ	Flavio de Lima, João Mollica, Simone Leão
24/09/2023	Vistoria do Totem de Raimundo Luiz Minetti	Caminhada leve	PNT / RJ	Adilson Rodegheiri, Antônio Dias
26/09/2023	CBE 109 - Aula teórica	Curso	Sede do CEB / RJ	Jorge Campos
26/09/2023	Morro do Visconde e Museu do Açude	Caminhada leve	Parque Nacional da Tijuca / RJ	Fernando Magalhães
26/09/2023	As Lacas Também Falam Francês	Escalada (5ª Visup E2 D1 - 165m)	Dona Marta - Cosme Velho - RJ	Ernane Wermelinger
27/09/2023	CPC 2023 - 2ª Aula Teórica	Curso Primeiro de Cordada	Sede do CEB / RJ	Flavio de Lima, Simone Leão
29/09 a 01/10/2023	Pico do Itajuru - Serra do Brigadeiro	Caminhada moderada	Muriae / MG	Cláudia Bessa, Solange Almeida
30/09/2023	Grota da Pedra Bonita	Caminhada moderada	PNT / RJ	Maria Fernanda Patricio, Simone d'Oliveira, Francisco Caetano
30/09/2023	Três Picos de Itatiaia	Caminhada leve superior	Parque Nacional do Itatiaia / RJ	Patricia Duffles
01/10/2023	Perambulando PNT	Caminhada leve superior	PNT / RJ	Zilda Magalhães
01/10/2023	Paredão Coloridos	Curso (2ª a 3ª grau - variada)	Pista Claudio Coutinho - Urca / RJ	Flavio de Lima, Simone Leão, José de Alencar
03/10/2023	CBE 109 - Aula teórica	Curso	Sede do CEB / RJ	Jorge Campos
04/10/2023	Segurança em atividades de Montanha	Palestra	Sede do CEB / RJ	Francisco Caetano
07/10/2023	Travessia Uricanal	Caminhada moderada	Petrópolis / RJ	Maria Nasar Monteiro, Milton Roedel, Williams Sousa
07/10/2023	CEPI	Escalada (CAo D1 220 metros)	Urca / RJ	Antonio Nicolli
07/10/2023	Edmundo Braga	Escalada (3ª Illsup E3 D2 - 400m)	Perdido do Andaraí - Grajaú / RJ	Ernane Wermelinger
08/10/2023	Seio de Vênus	Escalada (3ª moderada superior)	Petrópolis / RJ	Cláudia Bessa
08/10/2023	Uma Mão Lava a Outra	Escalada (4ª V E2/E3 D1)	Itacoatiara (PESET), Niterói / RJ	Tarcisio Neves
08/10/2023	CPC - 4ª Aula Prática	Curso Primeiro de Cordada (2ª a 4ª grau)	Paredão Babilônia - Urca / RJ	Flavio de Lima, José de Alencar
10/10/2023	CBE 109 - Aula teórica	Curso	Sede do CEB / RJ	Jorge Campos
11/10/2023	Quarta do Aposentado - Um Rio de Histórias, com o Passeador Carioca	Recreativa (Leve)	Centro do Rio de Janeiro / RJ	Luis Carlos da Silva
12 a 15/10/2023	Feriado - Atividades Diversas	Caminhada leve superior	Vargem Alta/Friburgo, Parque Estadual dos Três Picos e Baixada de Campestre / RJ	Almir Siller
12/10/2023	Pedras da Tartaruga, Maçã e Bota do Gigante	Caminhada leve superior	Parque Nacional do Itatiaia / RJ	Patricia Duffles
12/10/2023	Piquenique no Vale dos Deuses com Cachoeira da Aldeia	Atividade Infantil (leve)	Três Picos / Nova Friburgo / RJ	Zozimar Moraes
12/10/2023	Bico do Papagaio via Serrilha	Caminhada moderada	PNT / RJ	Luis Carlos da Silva
14/10/2023	Bicuda do Taquaril - Aniversário do Berardi	Caminhada leve	Brejal - Petrópolis / RJ	Francisco Berardi, Cláudia Bessa, Ana Maria Xavier
14/10/2023	Prancheta Inversa CBE108 - Feriado	Escalada (III - IV)	Rio de Janeiro / RJ	Henri Sidney
17/10/2023	CBE 109 - Aula teórica	Curso	Sede do CEB / RJ	Jorge Campos

DATA	ATIVIDADE	CLASSIFICAÇÃO	LOCAL	DIREÇÃO
18/10/2023	Encontro dos Veteranos e concessão do título de Benemerita para guia Zilda Alves Magalhães	Recreativa	Sede do CEB / RJ	Simone Leão, Zilda Magalhães
21/10/2023	Caminhada com os Veteranos no PNT	Caminhada leve	PNT / RJ	Simone Leão, Zilda Magalhães
21 a 22/10/2023	Teresópolis - Capital do Montanhismo	Caminhada leve superior	Parque Natural Municipal Montanhas de Teresópolis e PARNASO / RJ	Almir Siller, José Carlos de Oliveira, José de Alencar
21/10/2023	(1ª Cordada) Escaladas Diversas Perdido do Andaraí	Escalada (Diversas)	Perdido do Andaraí - Grajaú / RJ	Ricardo Barros, Henri Sidney, Ernane Wermelinger
22/10/2023	Circuito Mayrink - Cocanha - Platô do Céu - Mayrink	Caminhada moderada	PNT / RJ	Adilson Rodegheir, Willians Sousa
22/10/2023	Castelos do Açú	Caminhada pesada	Petrópolis - PNSO / RJ	Fernando Ferraz
22/10/2023	Salomith	Escalada (3º IIsup E2 D1 140m)	Morro da Babilônia - Urca / RJ	Ernane Wermelinger
22/10/2023	Morro do Rangel	Manutenção de Trilha	Recreio / RJ	Ana Maria Xavier, Sandra Palhano
24/10/2023	CBE 109 - Aula teórica	Curso	Sede do CEB / RJ	Jorge Campos
28 a 29/10/2023	Sarau na Serra - Tarde Cultural	Recreativa (Recreativa e Cultural)	Três Picos - Subdistrito de Conquista - N. Friburgo / RJ	Almir Siller
28/10/2023	Morro da Cruz e Gruta do Eco	Caminhada leve superior	Nova Friburgo / RJ	Fernando Magalhães
29/10/2023	Pico do Tinguá	Caminhada pesada superior	Reserva Biológica do Tinguá / RJ	Willians Sousa, Cláudia Bessa
31/10/2023	CBE 109 - Aula teórica	Curso	Sede do CEB / RJ	Jorge Campos
02/11/2023	Perambulando PNT	Caminhada leve superior	PNT / RJ	Zilda Magalhães
04/11/2023	São Cristóvão	Recreativa (Leve)	Rio de Janeiro / RJ	Simone Leão, Sandra Palhano
04/11/2023	3 Cumes da Floresta da Tijuca	Caminhada leve superior	PNT / RJ	Luis Carlos da Silva
04/11/2023	Escaladas Diversas no Dona Marta	Escalada (Diversas)	Dona Marta - Cosme Velho / RJ	Ernane Wermelinger, José de Alencar
05/11/2023	Caminhada Infantil - Grutas da Floresta da Tijuca	Atividade Infantil (Caminhada leve)	Parque Nacional da Tijuca / RJ	Ernane Wermelinger, Antonio Nicolí, Simone d'Oliveira, Ricardo Barros, William Nascimento
05/11/2023	Trilha do Asfalto Velho	Caminhada leve superior	Cachoeiras de Macacu/Nova Friburgo / RJ	Fernando Magalhães
05/11/2023	Cachoeiras dos Primatas x Silvestre	Caminhada leve superior	Parque Nacional da Tijuca / RJ	Francesco Berardi, Cláudia Bessa
09/11/2023	Comemoração do Aniversário do CEB 104 Anos	Recreativa	Sede do CEB / RJ	Antonio Carlos Borja
11/11/2023	Guapiaçu x Castália	Caminhada moderada	Cachoeiras de Macacu / RJ	Cláudia Bessa
12/11/2023	Pedra do Colégio	Caminhada leve superior	Boa Vista - Cachoeiras de Macacu / RJ	Francesco Berardi, Cláudia Bessa
12/11/2023	Pedra do Sino	Caminhada pesada	Teresópolis - PNSO / RJ	Fernando Ferraz
12/11/2023	Caminhada na Floresta - Taunay	Caminhada leve superior	Praça Afonso Viséu / RJ	José Carlos Ferreira, Solange Almeida
14 a 17/11/2023	Programação Variada	Caminhada moderada	Estouros e Araponga - Parque Estadual da Serra do Brigadeiro / MG	Almir Siller
14/11/2023	Henrietta Carstairs	Escalada (3º IVsup E1 D1 - 115m)	Dona Marta - Laranjeiras / RJ	Ernane Wermelinger
15/11/2023	Oswaldo Pereira	Escalada (4º VIsup (A1/VI) E1/E2 D3)	Itacoatiara (PESET), Niterói / RJ	Tarcísio Neves
15/11/2023	Paredão 12 de Fevereiro	Escalada (2º IV E1 D1 115 m)	Reserva do Grajaú / RJ	Antonio Nicolí
15/11/2023	Pedra da Mariquita (Reabertura)	Manutenção de Trilha	Cachoeiras de Macacu / RJ	Cláudia Bessa, José de Alencar
17 a 20/11/2023	Parque Natural e Santuário do Caraça	Caminhada leve	Santa Bárbara / MG	Horacio Ragucci, Simone Leão, Solange Almeida
18/11/2023	Via de escalada Olimpo	Escalada (3º VIsup E2 D1 120m)	Agulhinha da Gávea / RJ	Edison Queiroz
18/11/2023	Sergio Vieira de Mello 84	Escalada (4º V D2 E2 - 600m)	Pedra do Pastor - Petrópolis / RJ	Ricardo Barros, Ernane Wermelinger
22/11/2023	Excursão à Guatemala, Belize e México	Palestra	Sede do CEB / RJ	Cláudia Bessa
25/11/2023	Confraternização dos Guias do CEB	Caminhada leve	Três Picos (Nova Friburgo) / RJ	Zozimar Moraes, Cláudia Bessa
25/11/2023	Pedra do Gato via José Maria	Caminhada leve superior	Três Picos (Nova Friburgo) / RJ	Almir Siller, José de Alencar
26/11/2023	Mitração da Trilha Transcarioca	Manutenção de Trilha (Leve)	Parque da Catacumba / RJ	Horacio Ragucci
26/11/2023	Pico do Brejalzinho e Juriti	Caminhada moderada	Brejal - Petrópolis / RJ	Cláudia Bessa
26/11/2023	Top Rope Light	Escalada (III)	Parque Estadual do Grajaú / RJ	Fernando Magalhães
27/11/2023	Mirante do Costão e Morro da Urca	Caminhada leve superior	Urca / RJ	Fernando Magalhães
27/11/2023	Circuito das cachoeiras PNI e Serrinha	Recreativa	Parque Nacional do Itatiaia / RJ	Patricia Duffes
29/11/2023	Quarta do Aposentado - Um Rio de Histórias, com o Passeador Carioca	Recreativa	Centro do Rio de Janeiro / RJ	Luis Carlos da Silva
30/11/2023	12 de Fevereiro	Escalada (2º IV E1 D1 115 m)	Contraforte do Perdido do Andaraí - Grajaú / RJ	Ernane Wermelinger
01/12/2023	Reinaldo Behnken	Escalada (3º III Sup E2 D1 185m)	Morro da Babilônia - Urca / RJ	Ernane Wermelinger
02 a 03/12/2023	16º Reflorestamento no Vale Verdejante	Manejo / Reflorestamento (recreativa)	Andrade Costa, Vassouras / RJ	Adilson Rodegheir, Simone Leão
02/12/2023	Oswaldo Pereira	Escalada (4º VIsup (A1/VI) E1/E2 D3)	Itacoatiara (PESET), Niterói / RJ	Tarcísio Neves
02/12/2023	Lucca Nicolí	Manutenção de Vias de Escalada (3º V E3 D1 220 m)	Morro do Moganga / RJ	Jorge Campos, Antonio Nicolí
02/12/2023	Mulheres Que Dizem Sim	Escalada (7º VIIb Ao D4 E2 - 600m)	Pedra da Gávea / RJ	Ricardo Barros, Ernane Wermelinger
03/12/2023	Cachoeira da REGUA	Caminhada leve	Guapiaçu - Cachoeira de Macacu / RJ	Ana Maria Xavier
03/12/2023	Pedra do Sino	Caminhada pesada superior	Teresópolis - PNSO / RJ	Fernando Ferraz
10/12/2023	(Fechadura de Temporada) Top-Rope Parque da Catacumba	Escalada (Diversas)	Parque da Catacumba - Rio de Janeiro / RJ	Henri Sidney, Ernane Wermelinger, Antonio Nicolí, João Mollica, Edison Queiroz
10/12/2023	Três Picos Cultural - Feira Mulheres da Montanha	Recreativa (Recreativa e Cultural)	Três Picos - Subdistrito de Conquista - N. Friburgo / RJ	Almir Siller
10/12/2023	Volta da ilha de Paquetá	Caminhada leve	Ilha de Paquetá / RJ	Horacio Ragucci
10/12/2023	Pico do Garraão de Friburgo	Caminhada moderada superior	Bairro da Cascatina - Nova Friburgo / RJ	Cláudia Bessa
13/12/2023	Entropia	Escalada (3º IIsup E2 D1 - 195m)	Morro da Babilônia - Urca / RJ	Ernane Wermelinger
14/12/2023	Confraternização de Natal, Aniversariantes do Mês, Premiação do Desafio Escalada 5k e Desafio Cumes	Recreativa	Sede do CEB / RJ	Antonio Carlos Borja
14/12/2023	Brilho da Noite	Escalada (4º IV D1 E2 - 110m)	Morro do Cantagalo - Lagoa / RJ	Ernane Wermelinger
15/12/2023	Tijuca Mirim e Pico da Tijuca	Caminhada leve superior	Parque Nacional da Tijuca - PNT / RJ	Almir Siller
15/12/2023	Grampenstein	Escalada (3º IVsup D2 E2)	Perdido do Andaraí - Grajaú / RJ	Ernane Wermelinger
16/12/2023	Museu do Açude com trilha	Caminhada leve	Parque Nacional Tijuca / RJ	Sandra Palhano
16/12/2023	Pico do Garraão de Friburgo	Caminhada moderada superior	Debossan - Nova Friburgo - PETP / RJ	Cláudia Bessa
16/12/2023	Portais de Hercules	Caminhada pesada	Parnaso - Petrópolis / RJ	Fernando Ferraz
16/12/2023	Paredão Luiz Arnaud	Escalada (2º III D1 E2)	PESET - Niterói / RJ	Ernane Wermelinger
17/12/2023	Escalada de 3º grau na Urca	Escalada (3º grau)	Urca - Praia Vermelha / RJ	Cláudia Bessa, Ana Maria Xavier
17/12/2023	Top rope no M. da Babilônia	Escalada (3º grau)	M. da Babilônia / RJ	João Mollica
17/12/2023	O Sal da Terra	Escalada (4º IVsup D2 E3 - 214m)	Pedra da Gávea / RJ	Ernane Wermelinger
18/12/2023	Vagando Pela Floresta com Banhos de Rio	Caminhada moderada	Parque Nacional da Tijuca / RJ	Fernando Magalhães
20/12/2023	Quarta do Aposentado - Parque Lage x Corcovado - Encerramento das atividades de 2023	Caminhada moderada	PNT / RJ	Luis Carlos da Silva
23/12/2023	Perdido do Andaraí Circuito	Caminhada leve superior	Parque Estadual do Grajaú / PNT / RJ	Francesco Berardi, Cláudia Bessa
27/12/2023	Coringa, Pr.	Escalada (d1 3º iv e1)	Face Sul do Pão de Açúcar / RJ	Jorge Campos
28/12/2023	Augusto Ruschi	Escalada (2º IIsup E1 D1)	Urca / RJ	Fernando Magalhães
29/12/2023	Taunay (Reabertura)	Manutenção de Trilha	Parque Nacional da Tijuca / RJ	Francesco Berardi, Cláudia Bessa, Sandra Palhano
30/12/2023	Alto de Salinas ou Morro dos Cabritos	Caminhada leve superior	Três Picos - Nova Friburgo / RJ	Almir Siller
30/12/2023	Pedra do Gato via tradicional	Caminhada leve	Três Picos - Nova Friburgo / RJ	Milton Roedel
31/12/2023	Réveillon em Três Picos	Recreativa	Três Picos - Nova Friburgo / RJ	Zozimar Moraes, Milton Roedel



# ANIVERSARIANTES

## JULHO

1	Helio Bustamante Pereira de Sá Danillo Rubio Paula Damasceno Santos Raquel Damasceno França
2	Márcio da Silva Lima
3	Erika Gavião
4	Felícia Costa Boutureira Pereira
6	Karim Haddad
7	Bruno Neves Lacerda Mirian Ferreira de Oliveira Renan Reginaldo Lopes
8	Santuza F de Mendonça Moraes
9	Oldair Evaristo Barcario Percival Tavares da Silva Katia Alvares
10	Daniele de Souza Langkjer
11	Vicente Domingues
12	Marco Aurelio Farias da Silva Fernando Gomes de Oliveira
13	Guilherme Roberto Slongo
15	Maria Lucia Cardoso
16	Dylta Walsh de O. Peres Walsh José Coelho Filho
17	Alexandre Tomoiki Yamaoka Eduardo Tupinambá Guimarães
18	Leandro de Oliveira Padoin Cynthia Guimarães Tostes Malta
19	Denise Thomé da Silva
21	Lucia Maria Ribeiro Santos Isabel Cristina da Silva Cardoso Maria da Conceição N. de Paiva Eduardo ferreira Fialho Adhemar Sette de Oliveira Filho
23	José Sebastião Lopes da Silva Benjamin Avzaradel Wermelinger Jéssica Aiume Conceição Dias Fernanda Bertão Scalco
24	Ricardo Franco de Assis Alexis Rego Haddad
26	Ana Lessa Marcia Cristina da Costa Rodrigo Koehler Pulcinelli Osiris Gopfert Moreira

## AGOSTO

01	Rafael Alexandre Teixeira Guerra Roberto Pereira de Carvalho
04	Amélia Luíza da Silva Miranda
05	Antônio Carlos C Rodrigues

05	Fabiana Soares da Silva Ramos Alan Souza Paiva Thiago do Rosário Maia
06	Ian Vladimir Calvilho Abilio Souza Faia Fernanda Barbosa Cavalcante
08	Bruna Souza Moll
09	Marcia Cosentino Vianna
10	Marcelo Exopel de Paiva Xavier
12	Tânia Dias Mendes João Teixeira Duque
13	Julia Muniz Caetano Davi Lima Ribeiro
15	Bruno Mello Barbosa
16	Carlos José Batista
19	Luciano Monteiro Ribeiro Lucas Ferreira Fialho
20	Fabienne Petitinga de Paiva
22	Eduardo Magalhães Calvilho Valdir Silveira
23	Deise Cunha Flavio Moura Santos
25	Clarissa Palmier Leandro Afonso F. Cordeiro
26	Adriana Cavalcanti de Aguiar Giovani Coelho de Almeida William Nascimento Fernanda Passarelli Alves Jandira Maria da Silva
28	João Lycio Dale
29	Atila Calache Pacheco Mauricio Guimarães Montenegro

## SETEMBRO

01	Paulo Rogerio Vidal Cid
03	Sirlei Alves Pereira
04	Thomas Adams Sarita Nigri
05	Celeste Viana Rafaela Thomé Ciancio
07	Raquel Alves Ferreira
08	Claudia Sotto-Maior
09	Márcio Martins Moura
10	Zilda Alves de Magalhaes Sibele Prestes Lemos
11	Raymunda Araujo
12	Paulo Augusto Aranha Rossi Marcia Dias da Silva
13	Ernane Barreto Wermelinger
14	Roberto Bianchini Leci Santos da Silva Ana Cristina de Sá Cerqueira
15	Graziela Salvan Cerveira

16	Neuza do Nascimento Arnaldo Lyrio
18	Luis Carlos da Silva
19	Cyro Fernando S. Ramos
20	Patrícia Turano de Carvalho Giovana Bustamante de Sá Olga Regina de Lena e Souza
21	Rossana Spena
23	Eric Flores Coelho Octavio M V Campello Nogueira Veronica dos Santos Coutinho Flavia Cavazotte
24	Alex Silva Pinheiro
25	Yvana Marques Pereira Alda da Silva Ramos Lis Vechina “LisCEB”
26	Clery Jezuz da Silveira Victoria P. L. F. de Albuquerque Andrea Vieira Reis
27	Norma Suely Moreira Camilla Neves Campos
28	Lucimar dos Santos Reis
29	Milton Roedel Salles Paulo Roberto dos S. de S. Junior Carolina G. Limonic Pedro Subobida Ramos Thais R. Bandeira de Mello
30	Pedro Bugim Ruel Vergnano

## OUTUBRO

01	Maria Fernanda Belisario May Yuki Matsumoto Henrique Fleiuss C. Prado Ester de A. Correa Assumpção
02	Silvia Maria de Almeida Paulo Cadete Adriana dos Santos Silva Flávio Limonic
03	Ana Paula Alias Megna Ester Lauffer Zerfas
04	Cristina da Costa Sá
05	Cláudia Andreia L Pinto Lucas de Almeida Cordeiro
08	Adriana Lopes Coutinho Braga Jussara Pereira Magalhães
10	Ângelo Nascimento Vimoney
11	Rogério Pacheco de Moraes
12	Camila Campos Rodrigues Maia Everton Carvalho Leite Rodrigo Ferreira Sobreiro
14	Francesco Berardi
15	Nilo Sergio Scoralick Francisco Carlos Caetano Eliana de Souza Maria Helena Salles Luíza Bastos Ribeiro Kátia Cristina de Oliveira

17	Marcia Cristina Xavier de Souza José Manuel dos Reis Correia André Mazal Krauss
18	Simão Bonholo Silva Priscila Freitas Martins Melo Susana Tupinambá
20	Bernardo Castro
21	Maria das Graças Ribeiro Cabral
22	Katia Regina Mello Zylbersztejn
23	José Carlos Ferreira Isabelle Christine da S. S. Carim
24	Eliane Areas Cid Sergio Carneiro de Oliveira Adriana Sayuri Morita Coelho
26	Luiz Carlos Vulcanis Junior Érica Couto Pereira dos Santos Luiza Goldstein Alheira
27	Zilah Vieira Meirelles Luís Fernando F. Pimentel
28	Bruno Peixoto Alvarenga
29	Fernando Roberto Esteves
31	Mauro Sérgio Zylbersztejn

## NOVEMBRO

04	Mauricio C. Carneiro da Silva
05	Erick Edgar A. Sanz Lucia Maria Pinto Maciel Clovis Jose Fitarelli Mao Brasil
07	José Barreiros Manso Filho Fernando J. de Magalhães Elizabeth Francisca de Santana
10	Regina Célia Torres A. da Silva

10	Anna Azevedo Torres
11	Daniele Rausis Lobos
13	Marcia Maria G. Pinheiro Suzanna Carreiro Calache Eduardo da Silva Santos
16	Antônio Carlos Egito do Amaral Alexandre Souza Faia
17	Antônio Augusto Campos Raí Mariano Quintas
18	Solange Maria de Almeida Flavio dos Santos Negrão Meike Thrum
19	Reginaldo J. Taucei Lucimeire Silva Jorge Rodrigues Cavalheiro
21	José Carlos de Oliveira Renato Fernando Mendes Sueli Ferreira da Cunha
22	Rubia Graciele Patzlaff
23	Telma Maria de Oliveira Javoski Luiza Maria Santana
26	Felipe Lacerda Martins
27	Pipa "Friedmann"
28	Daniela Peixoto Tavares
29	Regina Esther Erthal Terezinha Couto de Assumpção
30	Jose de Alencar Silva Junior Rita de Cassia Vieira Gaspar Marcelo Byrro Ribeiro

## DEZEMBRO

04	Raquel Machado Fedrizzi
05	Monique Perin

09	Aline Esperança de Sá Freitas
10	Livio Cesar Torres Peçanha Henri Sidney Ndione
14	Paulo Gentil R. Gonçalves Bruno Marins Santos
15	Simone Magalhães Leonardo Alves de Araújo
16	Julie Medeiros
17	Marcos da Silva Bugarin Igor Jochem Sanz
18	Silvio Figueiredo Lima Filho
19	Alexandre Ciancio Mª Paula Miranda Lopes Arthur Silva Taveira
20	Sandra P. Palhano Vitor Coutinho Braga
21	Marco Antônio Gonçalves Garcia Almir Siller de Abreu Wilson Abdo Abugeber Catarina Faria Azevedo
22	Henrique Limaverde C. de Lima
24	Thiago Rocha Haussig Mª Dalva M. Gonçalves Natalia dos Santos Dias José Marcos Quintella
25	Patricia Torres Reis da Costa Ana Cristina Pereira Custódio
26	Fernando Dinis
27	Philippe Pierre Guinet
30	Renata Cabral Ribeiro Danielle de Castro Petralha
31	Renato Rodrigues de Lyra Sônia Ragucci S. Freire

# CHEGANDO À BASE JUL/DEZ 2023

04510 - André Mazal Krauss  
04511 - Quésia S. Francisco  
04512 - Ricardo P. dos Santos  
04513 - João T. Duque  
04514 - Úrsula N; da Silva  
04515 - Christiane C. de Almeida  
04516 - Mª Martha D. de Moura  
04517 - Andrea Busse Ferrari  
04518 - Gabriel T. Baptista  
04519 - Friedmann de Avila P. Gerber  
04520 - Cecilia K. G. Souto Maior  
04521 - Aline Mª A. Vaz  
04522 - Juliana Felix da Silva

04523 - Priscila Freitas M. Melo  
04524 - André A. Hermout  
04525 - Mª de Lourdes M. S. Brefin  
04526 - Matheus A. Gonçalves  
04527 - Bruno Marins  
04528 - Terezinha C. de Assumpção  
04529 - Patricia S. da Costa Pereira  
04530 - Thaynara P. Batista  
04531 - Almir Lopes de Almeida  
04532 - Laffaette B. Marques  
04533 - Leila Feres  
04534 - Leonardo Goldfarb  
04535 - Larissa A. Ferreira

04536 - Carlos A. Cardoso Lima  
04537 - Amanda O. Ferreira  
04538 - Leticia M. F. da Silva  
04539 - Mª Helena de Oliveira  
04540 - Bernardo O. Pais e Silva  
04541 - Barbara B. Ducos Aleluia  
04542 - Renato B. S. Franco Nto  
04543 - Francisco M. Neto  
04544 - Helena Chaves L. do Carmo  
04545 - Isabela Z. M. da Fonseca



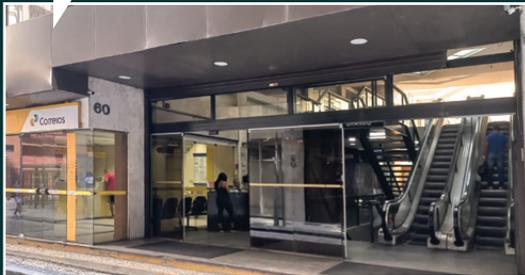
# SALAS PARA ALUGAR

PROPRIEDADES DO CENTRO EXCURSIONISTA BRASILEIRO



37m<sup>2</sup>  
sala  
1107

RUA DO OUVIDOR, 60 - CENTRO



PARA MAIS INFORMAÇÕES:  
NOVO MUNDO ADMINISTRADORA  
(21) 98491-2662 (21) 2217-9700



36m<sup>2</sup>  
sala  
1309

