



**Centro Excursionista
Brasileiro**

novembro / dezembro 2011

Peripécias no Império dos Incas



**Descobrimo
Cajon del Maipo**

**A conquista
do Pirulito**

**Como salvar
sua pele**



Tel: 2567 0720

**10 % DE DESCONTO PARA SÓCIOS
DO CEB.**

MAKALU SPORTS

Horário de funcionamento:
seg. a sex. - 10:00 as 20:00h
sábados - 10:00 as 16:00h

Rua Conde de Bonfim, 346 loja 208 - makalubrasil@gmail.com
(Praça Sans Pena/Galeria ao lado das lojas Americanas - 2º piso)

EDITORIAL

No dia 1 de novembro o CEB completa 92 anos e graças a Deus, está mais firme do que nunca. Graças a Deus e aos seus associados que sempre estão presentes com seu espírito renovador, com suas habilidades e conhecimentos profissionais. Foi assim no passado e assim permanece no presente.

Estamos comemorando o aniversário do clube com duas novidades.

A primeira, bem visível aos olhos dos leitores, se refere ao boletim. Quando a diretoria, no início do ano, decidiu que o boletim, depois de alguns decênios usando-se o mesmo formato, precisava de uma modernização, Fernando Borges, sócio e guia do clube, prontamente avisou: Deixa comigo! E na sua qualidade de professor de design gráfico do Senai, apresentou para seus alunos como tema do trabalho de final do curso a modernização do nosso boletim. Cada um podia exercer sua própria criatividade. Os trabalhos foram apresentados aos associados e em seguida foi escolhido um vencedor, cujo modelo está sendo adotado desta edição em diante.

A outra novidade se refere ao processo de renovação da nossa sede. Se os nossos antecessores, graças à generosidade dos sócios, tiveram condições de adquirir terrenos e uma sede própria, mais recentemente, durante a gestão de Rodrigo Taveira, foi realizada, novamente contando com a ajuda financeira dos sócios, uma grande reforma na sede, modernizando o salão, a secretaria e a sala de reuniões. Embora, sem dúvida, a reforma tenha ficado ótima, a atual diretoria tem toda a consciência que ainda falta muito que fazer. Quando no começo do ano resolveu-se fazer um orçamento para uma reforma do muro de escalada, o presidente, Antônio Dias, vulgo Siminino, prontamente avisou: Deixe comigo. E sem alarde, como se fosse a coisa mais normal do mundo, pôs as suas próprias mãos, a sua criatividade e suas infinitas habilidades, à obra. Efetuada nas horas vagas e nas escassas horas em que o condomínio permite fazer barulho, a obra demorou mais que o previsto.



Fotos Wally

Antônio na festa da inauguração do muro de escalada

Em compensação ficou muito mais bonita (e infinitamente mais barata..) que o imaginado. No dia 30 de setembro, o próprio Antônio inaugurou o novo muro, levantando uma pergunta: será que existe no Rio de Janeiro uma parede de escalada mais linda? Recebeu dos muitos sócios e convidados que prestigiaram o evento, os mais merecidos cumprimentos. A partir da noite da sua inauguração o muro tem estado lotado de escaladores, como nunca antes ficou.

E as obras não terminam aqui. A diretoria tem planos para reforma da entrada do clube, dos banheiros e da cantina. Já temos um projeto em fase final de elaboração de duas arquitetas, Yuki Matsumoto, sócia antiga e Cristina Lemgruber, sócia nova. Em breve este projeto será apresentado aos sócios. Aguardem e preparem-se: desta vez, as mãos do presidente, em vez de pegar na massa, deve estender um chapéu bem largo...

EXPEDIENTE:

Centro Excursionista Brasileiro
Fundado em 1º de novembro 1919
Reconhecido de Utilidade Pública pela lei nº 345 de 18.08.1980

Sede Social
Av. Almte Barroso 2, 8º andar
Rio de Janeiro/RJ CEP 20031-000
Tel/fax (21) 2252-9844
Atendimento: 2ª a 6ª das 14:00hs às 21:00hs
Site: www.ceb.org.br
e-mail: ceb@ceb.org.br
CNPJ: 33.816.265.0001-11

Edição de novembro/dezembro de 2011
Organização: Adilson Peçanha e Martinus van Beeck
Revisão: Sinézio Rodrigues.
Capa: fotos de Machu Picchu de Adilson Peçanha e Martinus van Beeck
Impressão e diagramação:
Gráfica Graffite (tel.2424-1353)
e-mail: graficagraffite@hotmail.com

Mensalidades: 2011:
Sócios contribuintes: R\$ 30,00*
Sócios proprietários: R\$ 18,00
Sócos dependentes: R\$ 6,00
Taxa de admissão: R\$ 60,00

Taxa de participação em excursões para não-sócios e sócios com mensalidades atrasadas: R\$ 30,00.

São isentos da taxa os convidados pessoais do guia, e os convidados de sócios, desde que esta isenção seja aprovada pelo guia.

Qualquer escalada ou excursão com número limitado de participantes é prioritária para sócios em dia com as mensalidades.

* R\$ 32,00 para pagamento via boleto bancário

Presidente:
Antônio Dias
antonio.diasceb@yahoo.com.br

Vice-presidente:
Ricardo Barbosa
ricmbar@gmail.com

Diretor Técnico:
Horácio Ragucci
horacior@gmx.net

Diretor Comunicação Social:
Adilson Peçanha
adilson.pecanha@globo.com

Diretor Social:
Ernani Barreto Wermelinger
ebwermelinger@yahoo.com.br

Diretor Meio-ambiente:
Francesco Berardi
fberardi@uol.com.br

Diretor Administrativo:
Rodrigo Taveira
rtaveira@grupounicad.com.br

Diretor Financeiro:
Martinus van Beeck
vanbeeck@terra.com.br

1º Secretário:
Adilson Peçanha
adilson.pecanha@globo.com

2º Secretário:
Alexandre Ciancio
aciancio@gmail.com

DESCOBRINDO CAJON DEL MAIPO

Ricardo Barros

Em maio, eu e Simone procurávamos um destino para as férias, queríamos um lugar que unisse cultura, montanha e compras. Descobrimos que o Chile, mas precisamente Santiago, seria um excelente destino, com bons vinhos, equipamentos com preços bem atrativos, e, claro, diversas montanhas para escalar, caminhar e até esquiar. Nosso grupo era formado por mim, Simone, Eduardo, Sanae, Alan, Cris e Márcia. No dia 5 de setembro partimos para uma viagem de 10 dias.

Os quatro primeiros dias em Santiago foram destinados a compras, gastronomia, visita a vinícolas: um clássico turistão. Os próximos dias seriam destinados às montanhas. Fomos para uma região chamada Cajon del Maipo, que fica a uma hora do centro de Santiago. Pegamos um micro-ônibus, e chegando a El Manzano, eu, Simone e Eduardo nos separamos do resto do grupo que iria esquiar em Lagunillas. Pegamos a trilha para Las Palestras, onde iríamos escalar. A trilha não era longa, mas tinha trechos íngremes, e, com o peso nas costas, a caminhada tornou-se pesada. Porém, a ansiedade para escalar uma via fora do Brasil me dava força e disposição.

Chegamos à base da parede onde consegui montar a barraca a menos de cinco metros da base de uma via. O rapel chegava à barraca, sonho de todo escalador.

Ficamos em Las Palestras escalando vias de 2º a 6º; as mais difíceis deixamos para os chilenos...

As vias eram curtas, trinta metros no máximo, de modo que fazíamos várias por dia. Vias com agarrões, vias em aderência, fissura, chaminé...

Bom, a chaminé ficou por conta só da viscacha, um animal parecido com coelho, mas com um rabo longo. Que ele fazia chaminé, ah isso ele (ou ela) fazia!

Depois de dois dias escalando em Las Palestras fomos encontrar o grupo novamente e decidir nossos destinos. Encontramos-nos e... nos separamos novamente. Márcia e Cris decidiram ir a Pucón. Eduardo, Sanae e Alan voltaram a Lagunillas. E eu e Simone, bom, o nosso destino era "arriba". Tínhamos várias opções, podíamos escalar outra montanha, ir a uma cachoeira, ver lagos, termas, enfim... Antes de tudo queríamos achar um local para acampar. Fomos para o bairro de San Gabriel. Lá, depois de tomar uma surra com o "portunhol", achamos um camping com um visual sensacional. Num lado via-se uma montanha nevada, do lado oposto, uma montanha já sem neve alguma, só cascalho. Em outras partes via-se o final do vale, com o Volcan San Jose ao fundo, maravilhoso ao anoitecer com lua cheia. E abaixo de nós o Rio Volcan, que devia estar com a água um pouquinho gelada.



Palestras Del Manzanu

Traçamos nossa rota: iríamos ao Monumento Natural El Morado, uma linda montanha nevada. E se desse tempo na volta faríamos uma caminhada até o Lago Elbase El Yeso. Ah, como chegaríamos? De carona, é claro! E acreditem, é muito fácil. Esperávamos mais para pegar ônibus e metrô do que para as caronas. E a primeira carona, por volta das 7h foi numa Fiorino de um entregador de pão, que ia parando em vários locais enquanto nós íamos curtindo a região. Curtimos um pouco Baños Morales e partimos para o El Morado, ansiosos para ver neve, uma novidade, tanto para mim com para Simoninha. Ah, entendam “ver neve” como tocar, sentir, etc. Chegando à entrada no parque fomos barrados, pois estávamos sem polainas. Expliquei ao sujeito que só queríamos ver neve, e ele então me mostrou um caminho. Após andar um bocado vi que o caminho não era muito promissor e resolvi pegar um desfiladeiro para cima da montanha, até chegar à neve! Pegamos, brincamos, fizemos amigos na neve, comemos neve, enfim toda a presepada que todo mundo faz na primeira vez. Paramos de subir, pois o degelo já deixava a trilha perigosa, e voltamos ao camping. Claro, em menos de dois minutos pegamos nossa carona, que foi muito legal com a gente, parando para tirarmos fotos. Levantamos acampamento, pegamos novamente o micro-ônibus e voltamos para Santiago onde curtimos um último dia de turistão!

Ricardo Barros se formou escalador no Curso Básico de Montanhismo 85 e é sócio do CEB

COMO PROTEGER A SUA PELE DO SOL

Marcelo Régnier

Atualmente, existe uma crescente preocupação com a exposição solar ao longo da vida. Com o uso mais consciente dos filtros solares e tendo mais alguns outros cuidados, é possível reduzir bastante os problemas decorrentes da exposição solar crônica.

Sabe-se que a radiação ultravioleta do sol na pele é cumulativa. Geralmente boa parte desta radiação é recebida durante os primeiros dezoito anos de vida. No entanto, seus efeitos só começam a aparecer mais tarde, a partir da quarta década de vida. Entre as alterações tardias, as mais comuns são as chamadas melanoses solares (manchas escuras na face, braços e dorso das mãos), de importância apenas estética. No entanto, algumas pessoas, especialmente as de pele clara, podem apresentar lesões que exigem maior atenção, como um câncer de pele. Os cânceres normalmente se manifestam na forma de pequenas feridas que nunca cicatrizam, e que crescem lentamente por contigüidade. Nesses casos, indica-se a retirada cirúrgica da lesão.

É bom ressaltar que o sol não traz apenas malefícios. Sua radiação, de maneira adequada, é benéfica em muitos aspectos, estimulando, por exemplo, a síntese de vitamina D no organismo. Os problemas são causados pelo excesso de exposição ao sol ao longo da vida. Os fatores variáveis são: o tipo de pele (indivíduos de pele morena tem maior proteção), o horário e o tempo de exposição (a radiação mais nociva – UVB – ocorre entre 10 e 14h) e, finalmente, o uso de fotoprotetores.

Os fotoprotetores dividem-se basicamente entre filtros químicos e físicos (estes últimos refletem a luz solar, pois possuem dióxido de titânio, que dá uma cor de base ao filtro). Muitos perguntam sobre o fator de proteção solar (FPS) ideal para a sua pele. Estudos mostram que o ganho de fotoproteção além do fator 30 é de apenas 1%, desde que o filtro seja utilizado da maneira correta: deve-se aplicá-lo com uma certa antecedência à exposição ao sol (uns 20 ou 30 minutos), tendo em mente que a espessura da camada aplicada é um fator importante. Outra variável é o veículo: aqueles de pele oleosa muitas vezes preferem um filtro em gel ou “oil-free”.

Por último, vale ressaltar a importância de combinar medidas de proteção: uso de chapéus ou bonés, vestuário, barracas, evitando a exposição em horários “mais quentes” (entre 10 e 14h), na medida do possível. E, claro, usar filtros. Quando na praia, se não entrar na água, reaplicar a cada hora. Se mergulhar, reaplicar logo ao sair da água.

No mais é aproveitar o que o sol tem de melhor: dias bonitos e belas paisagens para serem devidamente apreciados nas excursões.

Marcelo Régnier é sócio do CEB e dermatologista

PEQUENO RELATO DE UMA BELA VIAGEM

Tânia Dias Mendes

Em 2008 fiz o meu terceiro e mais feliz retorno ao CEB. Uma das principais razões foi que haveria uma excursão para Machu Picchu. O tempo foi passando e começaram os planejamentos para colocar a ideia em prática. Martinus vestiu a camisa da coordenação do projeto, pois seu desejo falou mais alto.

Visitar Machu Picchu era um sonho antigo meu, principalmente chegando lá através de uma caminhada. Foi o que desejava há muito tempo, e agora estava perto, dependia muito de mim, com o treinamento apropriado e os cuidados necessários para realizar o sonho. Desejos nem sempre são realizados, mas fazem movimentar. E foi isso que Martinus fez; articulando e pedindo ajuda a outras pessoas foi traçando o trekking de Salkantay.

O trekking foi muito melhor do que eu havia pensado. Eu estava preparada fisicamente, mas não sabia como meu metabolismo reagiria a uma altitude tão elevada. Graças a Deus, não tive problemas. Alguns colegas, infelizmente, foram impedidos de desfrutar de alguns passeios, mas com o passar dos dias foram se adaptando e acabaram vencendo.

Pontos importantes para o êxito do trekking:

- A coordenação do Martinus e toda sua articulação, com as escolhas das agências, tanto na Bolívia quanto no Peru.
- A aclimação na Bolívia; depois da subida do Chacaltaya tudo ficou mais fácil.
- O grupo todo foi sensacional, o que é muito difícil com mais de 32 pessoas; a intenção de cada um de realizar o trekking manteve uma coesão grupal fantástica, mesmo daqueles que não realizariam o

trekking; todo o espírito era de comprometimento. A parte cultural: os sítios arqueológicos, tanto na Bolívia quanto no Peru, foram primorosamente explicados pelos guias. Isto foi uma grande surpresa pra mim: eu não imaginava ganhar tanta informação sobre os povos pré-colombianos e sobre a imensidão que foi o Império Inca. A grandeza de Machu Picchu supera tudo que se vê nas fotos, livros e documentários; se já achava que este império trouxe muita sabedoria, agora pude constatar isso com meus próprios olhos.

- A organização dos guias locais e toda sua equipe foi fundamental. Na hora do almoço, já estava tudo à mão, (que saudade daquela sopinha quente!). Os guias foram incansáveis, sempre nos proporcionando bem-estar, na montagem das barracas, no café da manhã, etc. Não esqueço que eles falavam que éramos uma família, nos estimulando com palavras e atos, sempre atentos a nos dar informação sobre os locais, as flores, as montanhas. Tudo ficava mais bonito com suas histórias místicas. E as brincadeiras em torno da fogueira, com direito a pipoca, longe do centro urbano, foram uma atração à parte.



No cume do Chacaltaya

O CEB deu uma avançada espetacular com esta excursão e com essa travessia que cada um pode realizar no seu próprio passo, no seu próprio ritmo. Bolívia para mim foi uma grande surpresa: o seu multicolorido, as cores das roupas das cholas, sempre carregando algo, das mulas, nossas amigas de caminhada, o colorido dos milhos e principalmente da chicha morata, o suco de milho cor de açaí. As várias etnias convivendo num mesmo lugar, e até o trânsito caótico com suas buzinas, tudo passava a ser folclore. A seca que para a gente seria impraticável, aquela terra dourada linda à beira da estrada,

aguardando o florescer da primavera, com as batatas brotando com todas as suas variedades, aquelas crianças lindas que passaram pelo nosso caminho, nada disso tem preço.

O Peru também tem seus coloridos, aquela tez morena, igual chicha morata, e orgulha-se de sua descendência Inca, falando a língua quéchua.

Lembro-me também da delicadeza das lhamas, sempre ativas e curiosas.

As vivências, experiências e emoções, cada um vive-as na sua intensidade, compartilhando-as com os novos amigos, o que é muito bom.

Fico torcendo para que uma nova investida desse tipo seja realizada pelo CEB.

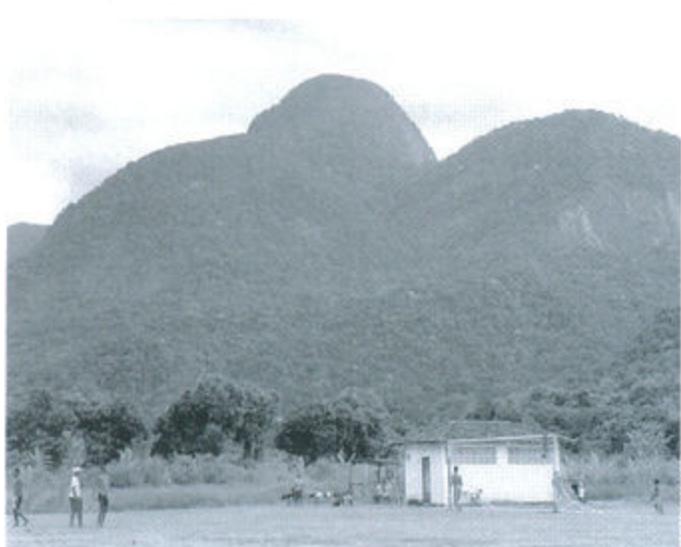
Tânia Dias Mendes é sócia antiga do CEB

A CONQUISTA DO PIRULITO

Horacio Ragucci

Como já falei algumas vezes no boletim, encontrar hoje no Estado do Rio de Janeiro montanhas com acesso por caminhada que ainda não tenham sido conquistadas, é no mínimo difícil.

Nossa amiga Nasaré, fascinada pela beleza da montanha que os moradores locais conhecem como Pirulito, em Paraíso, Guapimirim, nos incitou a alcançar seu cume. Falando com guias e conhecedores do local, fomos descobrindo que o cume, devido as suas dificuldades de acesso, permanecia, pelo menos aparentemente, intocado.



Williams Souza

Conquistadores: Nasare Monteiro – Horacio Ragucci -

Williams Souza e Leonardo Furtado

Localização: Latitude 22° 28' 32.98" S - 42° 53' 56.92" O

Começamos a bolar uma estratégia para sua conquista e a colocamos em prática, inicialmente eu e Nasaré; posteriormente Willians e por último Leonardo se juntaram a nós. Foi um verdadeiro trabalho em equipe que nos levou inicialmente a conhecer o Rio Anil em Guapimirim. Nele encontramos uma magnífica cachoeira, Poço Azul, de acesso um tanto difícil.

Esta área, que percorremos em quatro oportunidades, se encontra infestada de armadilhas e acampamentos de caçadores nas proximidades do rio; no entanto, na medida em que vamos ascendendo em direção ao cume do Pirulito, as armadilhas e vestígios humanos vão desaparecendo, dando lugar a vários bambuais e barrancos difíceis de transpor.

Em nossa quarta tentativa alcançamos o cume a 969 m de altitude num percurso de quase doze horas entre ida e volta. Como suspeitávamos, o ponto culminante, coberto de bambus, não oferece uma vista aberta das redondezas, mas a satisfação de ter colocado os pés num cume intocado e o prazer de ter planejado e executado esta aventura “não tem preço”.

Horácio Ragucci é guia do CEB

PERIPÉCIAS NO IMPÉRIO DOS INCAS

Um diário da excursão Bolívia/Peru

Martinus van Beeck

Sexta-feira, 2 de setembro, *surpresinha...*

Às 4 da tarde, as malas prontas, abro meu outlook para uma última olhada. Leio um recado mais ou menos assim: "Hi Martinus, meu nome é Alex, sou gerente do hostel que seu grupo de 32 pessoas reservou para amanhã em Lima. Obrigado pela preferência, mas infelizmente o nosso hostel fechou as portas." Imediatamente soltei uma palavra impublicável. Como de costume, sem razão: logo em seguida entendi que Alex reservou dois outros hostels para o nosso grupo.

Sábado, 3 de setembro, *escala em Lima*

Viagem para La Paz via Lima. A Taca, obedecendo ao lema do CEB "Quanto pior, melhor", voa para Lima às 5:50hs da madrugada e faz a conexão para La Paz somente 12 horas depois da chegada. O voo teria sido ótimo, se não fosse o banho de suco de durazno, despejado pela minha companheira de viagem e de vida. No aeroporto uma frota de 10 taxis, convocada pelo falido porém prestativo Alex, nos levou Lima adentro, cidade que à primeira vista parece Nilópolis, mas ao ostentar os parques no litoral de Miraflores lembra o Aterro do Flamengo e Burle Marx. Tinha até parapentes boiando no ar.

2:30hs: chegada ao nosso hostel, the Adventure Brew. Um caos: 2 atendentes fazendo questão de escanear 32 passaportes, de colocar 32 pulseiras em 32 braços esquerdos, anotando nelas o número do apartamento e leito. Conclusão: o último viu o sol raiar antes de ver seu apartamento e seu leito.

9:50hs: Café da manhã: livre escolha entre panqueca com 'té puro' e panqueca com 'té de coca'.

14:00hs: Passeio ao Vale da Lua, assim chamada porque as suas formações de calcário, uma aridez total, seriam iguais ao solo da Lua. (Veja bem: não foi Neil Armstrong que batizou este vale). A paisagem me parecia um Perito Moreno de pedra. Me impressionou especialmente uma formação chamada de Tartaruga porque tinha a forma de um camelo.

Ao entardecer chegamos a um mirante com vista sobre sua majestade o Nevado Illimani, ou Senhor das Neves, belissimamente iluminado pelo sol se pondo. Visitamos o Vale de las Animas, que eu, acostumado ao Parque de Itatiaia, rebatizaria com o nome de Agulhas Cinzentas.

Domingo, 4 de setembro, *o dia mais longo*

1:00h da madrugada, chegada ao Aeroporto El Alto - La Paz, a 4100m de altitude. Um alívio: diferente do previsto, ninguém do grupo caiu desmaiado. Outro alívio, maior ainda: confirmando o combinado, Juan Carlos estava de fato nos esperando no minibus da Milton Tours.



O grupo no Vale da Lua

À noite tomamos uma Pacea de graça no pub do hostel e mais algumas pagas....Segunda-feira, 5 de setembro, um dia pré-inca

7:00hs: Café da manhã: livre escolha entre panqueca com 'té puro' e panqueca com 'té de coca'. Havia mais uma opção: o bolo do 20º aniversário do Lennart, filho do 'nosso' alemão Torsten.

A saída para Tiuanaku sofreu um atraso de 45 minutos por causa de uma marcha interminável de protesto de mulheres gordas exigindo que La Paz pare de despejar seu lixo nas cidades vizinhas. Uma reivindicação razoável, que poderia ter sido um pouco mais sucinta.

Depois de uma hora e meia escutando as piadas do Antônio, chegamos às ruínas do templo dos índios Tiuanaku, uma das mais importantes civilizações pré-inca, que se estendeu sobre o período 1580 A.C até 1200 D.C. Duas horas de visita foi pouco, e o almoço com truta-sabor-salmão, incluído no pacote, merecido.

Voltando, vimos do alto La Paz, a capital mais alta do mundo. Para um nascido nos Países Baixos uma experiência impar.

Passeando por La Paz percebemos uma coisa intrigante: todas as casas estão em fase final de construção, nenhuma é terminada. Nosso guia explicou: casa terminada paga IPTU...

À noite: uma Pacea de graça no pub do hostel e mais algumas pagas....

Terça-feira, 6 de setembro, o ponto mais alto

7:00hs: Café da manhã: livre escolha entre panqueca com 'té puro' e panqueca com 'té de coca'.

10:30hs: Cheguei ao ponto mais alto da minha carreira de montanhista: o cume do Chacaltaya com seus 5450 m.s.n.m. Parabéns aos 18 (mais da metade da turma!!!) que também chegaram, principalmente às mulheres: Tânia, Jacy, Miriam, e por último – só podia ser - Rachel. Do topo vimos o Nevado Huayna Potosi e com muito respeito desejamos boa sorte à turma do CEB que pretendia chegar lá nos próximos dias.

De tarde foram 151 km de piadas do Antonio até Copacabana. No final da tarde almoçamos, esfomeados, na beira do Lago Titicaca e em seguida chegamos ao hotel Utama, cuja recepção, graças a Deus e à ajuda do Ciancio, foi bem mais eficiente do que a anterior...

Quarta-feira, 7 de setembro, tudo acaba em samba

Após uma viagem de barco pelo Lago Titicaca, com 3850 m.s.n.m. o lago navegável mais alto do mundo, chegamos à Ilha da Lua, onde de acordo com o

nosso guia Vitor encontraríamos o Templo das Virgens, o que causou um frisson em alguns membros da comitiva carioca. Decepção: em vez de um templo vimos uma ruína, em vez das virgens, ovelhas.

Mais interessante foi a sagrada Ilha do Sol, onde fizemos uma belíssima travessia de 4 horas, do norte ao sul da ilha, cujas paisagens deixam Ilha Grande no chinelo. Passamos por um altar a céu aberto onde um sacerdote pré-colombiano estava a nossa espera. Alguns receberam sua bênção, que era de graça. A ilha é habitada por indígenas de origem quechua e aymara que, nada bobos, cobram pedágio aos caminhantes – felizmente bem mais barato do que o da nossa região dos Lagos. Por fim vimos o sol se pondo no Lago Titicaca, um espetáculo que, embora bonito, ficou devendo ao por-de-sol na Barra de Guaratiba.

Jantamos ao som estridente de música andina, que, na hora da sobremesa, foi desbancada pelo mais autêntica samba, com direito a um show de quatro passistas cecebsenses.

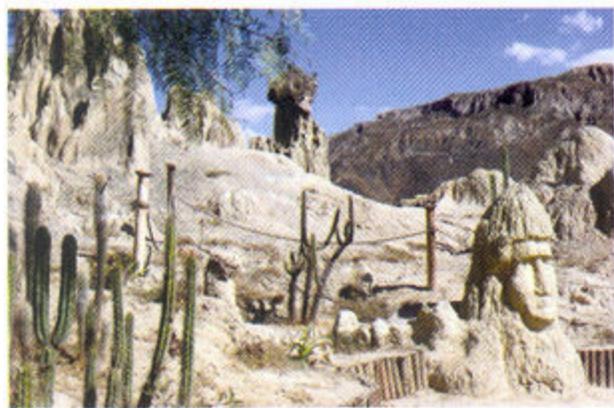
Chegando ao hostel, recebi um recado que nossa saída para Puno, no dia seguinte, ia ser às nove horas em vez das oito...

Quinta-feira, 8 de setembro, quem espera alcança Puno.

Às nove horas recebi o recado que a saída para Puno seria às dez e às dez que a saída seria às onze, a partir do escritório da TourPeru. Já havia passado de meio-dia quando finalmente chegou o nosso ônibus, que, para compensar a longa espera, era um luxo só: dois andares em vermelho-escândalo.

Quinze minutos depois, chegando à fronteira com Peru, uma cena inusitada: a estrada que liga as duas nações estava tomada por centenas de barraquinhas com comidinhas e prendas e por uma multidão de gente miuda indo e vindo. A Nadia viu até um homem tirando a sorte com papagaios, tudo em homenagem a N. Sra de Natividad. Uma festa de três dias, de confraternização entre os dois países. Estávamos no segundo dia e não passava nem carrinho de mão. Nosso grupo passou pela fronteira a pé, em fila indiana. No lado peruano ficamos, incrédulos, esperando. Depois de umas duas horas aconteceu o que parecia impossível: o nosso frescãozão, emergindo como um carro alegórico no meio da multidão, andando em passo de tartaruga para não esbarrar em nada nem ninguém, estava se aproximando! O mais incrível foi que nenhum outro carro aproveitava o caminho aberto pelo nosso buzão; aparentemente, naquele dia, todos que viajavam de Bolívia a Peru acabaram

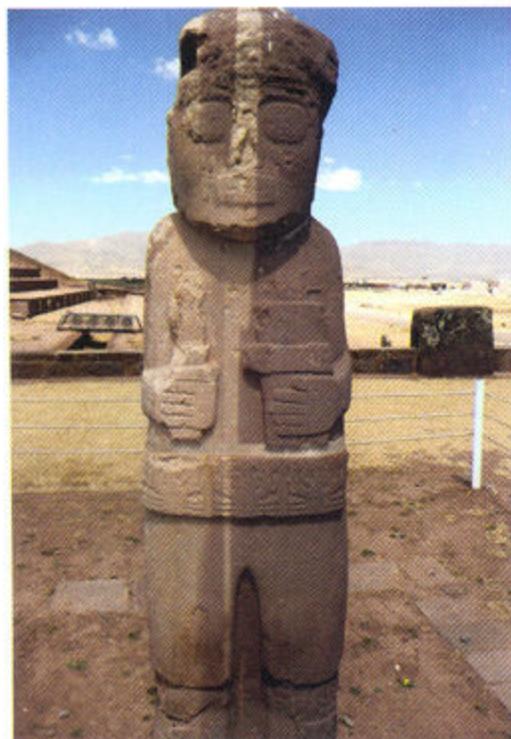
VALE DA LUA E TIUANAKU



Entrada do Vale da Lua



Sombras sobre o Illimani



Imagens de Tiuanaku



O grupo em Tiuanaku

CHACALTAYA ETC



Nadia Nascimento



Martinius

No cume do Chacaltaya



Rosimar Neves

O acesso ao Chacaltaya



Rosimar Neves

Vista da janela do Clube Andino

Duas fotos do Chacaltaya com neve, feitas por Rosimar Neves, uma semana depois da excursão Bolívia/Peru



Nadia Nascimento

Nosso ônibus na fronteira entre Bolívia e Peru



Martinius

O sacerdote ao altar

O TREKKING



Martinus

O sol se pondo sobre o Nevado Umantay



Adilson

A lua iluminando o Nevado Salkantay



Martinus

Soroypampa; no fundo o Nevado Salkantay



Martinus

A Subida do Inferno



Adilson

O ponto mais alto do trekking

MACHU PICCHU



A casa do Vigia



Os Alojamentos



O Templo do Sol



Visita do Cume do Huayna Picchu



Faltam alguns; éramos 32...

aderindo à festa de N.Sra. de Natividade.

Uma vez no ônibus, Regina descobriu que foi vítima de um golpe profissional: o bolso da sua jaqueta Trilhas e Rumos estava com fecho-eclair aberto, sem os dolares e cartão de crédito; com um choque se deu conta que, na multidão, a sua atenção foi desviada por uma mão passando na parte inferior das costas... Em seguida fiz uma proposta para um treinamento intensivo antifurto com as damas, que infelizmente não foi bem interpretada.

Ouvindo as piadas do Antonio chegamos a Puno, onde a dona do simpático hostel Inka's Rest estava nos esperando com as chaves dos apartamentos na mão, prontas para entrega. Bem diferente do Adventure Brew....

Sexta-feira, 9 de setembro, uma cidade cenográfica

Nosso guia Valter, uma edição peruana, mais nova e menos escura, do Grande Othelo, ensinou aos "nobres visitantes do Brasil" que a palavra Titicaca deve ser pronunciada com todas as forças dos pulmões quando se chega às sílabas 'caca'. Avisou também, que nas ilhas dos Uros seríamos recebidos por jovens indígenas com a palavra na língua aymara 'kamisarakí' (como vai?) e que, se estivesse tudo bem, a resposta seria 'waliki'. Fizemos todos conforme o mestre mandou. Na verdade, toda visita às ilhas flutuantes de Uros teve um sabor artificial: uma vida pré-histórica exposta numa vitrina aos turistas em troca de alguns nuevos soles.

A ida à ilha do restaurante sofreu um atraso porque o nosso barco pré-histórico teve que fazer uma volta extra para resgatar o chapéu, voado da cabeça de - só podia ser - Raquel. Outro atraso ocorreu porque as mochilas dos que viajavam no andar de cima ficaram presas nas frestas do piso; Antônio sabe por quê.

Seguimos uma viagem de 389km de piadas e finalmente chegamos à terra prometida de Cusco.

Sábado 10 de setembro, reavaliando o motorista carioca

Enfim um dia livre. Conheci Cusco, com a sua Plaza de las Armas e as ruas estreitas em volta. Almocei, com Antônio e Marco Aurélio, por cinco nuevos soles, subi à parte alta da cidade, onde existe uma imitação do nosso Cristo e compartilhei a sua visão sobre Cusco com seus 450.000 habitantes. Andando de taxi pela cidade cheguei à conclusão que o motorista carioca é extremamente disciplinado.

Jantei, para variar, uma truta deliciosa.

Domingo 11 de setembro, noite feliz

4:30hs: Alegre despertar para os 23 participantes do trekking; em seguida, saída do ônibus, sem direito a café da manhã.

8:00hs: chegada a Mollepata. Finalmente o desayuno, seguido pelo encontro com os carregadores. Pesagem da bagagem e pagamento do que excedia o limite de 6kg: 3 soles por quilo por dia. A Jacy, com 9kg, foi campeã.

9:00hs: De caminhão, como pau de arara, até Cruzpata; oito quilômetros tentando evitar, sem muito sucesso, as chicotadas de galhos nas mãos e na cara.

9:55hs: Finalmente o começo do trekking, a 3500 m.s.n.m. Ao meio-dia, em Challaypampa, almoçamos uma deliciosa sopa, seguida por espaguete. Um pouco antes das 3 da tarde chegamos ao 1º acampamento, Soroypampa (3850m). Havíamos percorrido uns parcos 14 de um total de mais 40,000 quilômetros de trilhas-inca.

Ninguém se deu conta de que hoje era o 11/9. Tomamos umas cusqueñas naturalmente gelados pelo frio de zero graus, admirando o Nevado Umantay de um lado e o Nevado Salkantay de outro, iluminados pela lua cheia. Demais. Houve lágrimas de emoção.

Segunda-feira 12 de setembro, dois recordes

O segundo e mais pesado dia do trekking, o da 'subida do inferno'. Saímos às 6:40hs de Soroypampa (3850m), subindo, no começo suavemente, depois de forma mais íngreme, passando por inúmeros ziguezagues, numa paisagem árida, de pedras de todos os tamanhos, dando passagem às mulas que vinham subindo ou descendo, até chegar, depois de umas três horas, ao ponto mais alto da travessia: El Paso (4600m). Graças ao templo nublado, a subida não foi tão infernal assim; em compensação, não tivemos a sublime visão sobre o Salkantay. Paciência, a gente não pode ter tudo na vida.

Neste ponto mais alto da travessia, a segunda parte do grupo fez uma cerimônia ritual ao redor de um totem de 1,70m, segundo as tradições locais.

Depois de uma descida de duas horas entre blocos de granito multicoloridos almoçamos no restaurante-tenda de Huaracmachay (3900m), onde foi dada continuação ao festival gastronômico: mais uma sopa deliciosa, seguida desta vez por um picadinho de carne.

Na descida que se segue o clima vai mudando; passamos pela beirada da floresta Amazônica, com vegetação abundante. O Ciancio, primeiro da

turma, chegou às 14:30hs a Challway (2850m), o local do segundo acampamento, terminando o trajeto de 18 km antes das mulas, o que nunca antes havia acontecido na vida do guia Percy, que, no entanto, afirmou que qualquer rapaz inca faria o caminho na metade do tempo. Três horas depois chegou, em último lugar, igualmente honroso, Rachel, - só podia ser. Brindamos o fim feliz do dia mais temido com umas Cusqueñas. De acordo com Adilson, contador do CCBebum local, foram consumidas 25 garrafas de 1100ml, uma quantidade diária nunca antes vendida pelo dono da pequena venda.

Terça-feira 13 de setembro, moleza

Saímos às 7:15hs passando no meio de rastros das chuvas torrenciais no começo deste ano: desabamentos e pedras roladas no Rio Salkantay. Depois do lanche em Winaypocco descemos para Sahuayaco (La Playa) (2200m), aonde chegamos às 14:00hs. Distância percorrida: 14 km.

A noite foi de cantoria e poesia em torno de uma fogueira acesa pelo guia Percy. A maioria deu a sua canja com sucessos da nossa MPB, e algumas tiradas do fundo do baú. Show!

Quarta-feira 14 de setembro, o reencontro

Novamente saímos às 7:15hs, mas hoje o dia não seria de moleza. Subimos 770 metros (uma Pedra da Gávea), chegando às 10:15hs a Llactapaca, de

onde, à distância, tivemos a primeira visão dos terraços de Machu Picchu. Vocês podem imaginar a emoção... Ah, antes que eu me esqueça: de acordo com o guia Fernando, a palavra machu-picchu na língua quechua é palavrão. Daqui em diante pronunciem da maneira correta: machu-pikchu. Por favor... Em seguida, descemos uns 900 metros, até a estação da Hidro Eléctrica (13:00hs). Alguns esperaram o trem das 3 da tarde, outros foram caminhando ao longo dos trilhos, chegando às 16:00hs a Águas Calientes, uma cidade cuja avenida principal é uma estrada de ferro. Neste dia percorremos 22km; o total dos quatro dias: 68km.

No final da tarde deu-se o feliz reencontro com a turma do sem-trekking e à noite o jantar em La Retama del Chê, incluído no pacote, dos 32 excursionistas, mais os quatro guias que foram merecidamente homenageados. Truta, para variar.

Quinta-feira 15 de setembro, o ponto culminante.

O dia começou da melhor maneira possível: com chuva. Depois de uma viagem de ônibus, meia hora ziguezagueando morro acima, e mais meia hora na fila de entrada (sem essa de fila do idoso), não deu outra coisa: o sol apareceu e iniciou-se o espetáculo das nuvens



Café da manhã em Sahuayaco



Tomando cerveja de milho

descortinando as belezas do santuário incaico. Durante duas horas o nosso onisciente guia Fernando explicou os detalhes da casa do guardião, dos armazéns, dos alojamentos, das salas de aula, dos Templos do Sol e da Lua, do Templo do Condor, do altar Intiwatana e das construções trapezoidais antiterremoto. Um pouco antes das onze (horário limite) iniciamos a subida íngreme do Huayna Picchu. Do seu topo vimos com nitidez, de uma altura de 360 metros, toda a extensão do santuário, na sua forma de condor e a sua divisão nos setores urbano e agrícola. Maravilhoso.

No final da tarde pegamos o backpackers trem que, uma hora parando e meia hora andando, foi até Ollantaytambo, de onde prosseguimos viagem de ônibus. Chegamos depois das onze em Cusco e fomos dormir sem banho e sem janta, porém muito satisfeitos...

Sexta-feira 16 de setembro, gosto não se discute

Visita ao Vale Sagrado com caminhadas leves nos sítios arqueológicos de Pisac e Ollantaytambo, No final tomamos uma cerveja inca, de milho. Prefiro Cusqueña.

Sábado 17 de setembro, acabou-se o doce

Voita para casa, via Lima, onde passei o dia no aeroporto, lendo meu livro sobre a história dos Incas, resolvendo palavras cruzadas e escutando as piadas do Antônio. Na pesagem das malas, a Jacy, com 31,9kg, foi bicampeã. O voo de volta para Rio foi perfeito, assim como toda a excursão, sem dúvida uma das maiores já realizadas nos 92 anos do Centro Excursionista Brasileiro.

Martinus van Beeck é guia do CEB e um dos organizadores da excursão a Bolívia e Peru

VOCÊ CONHECE SEU GUIA?

Sandra Peleias

FRANCESCO BERARDI

Francesco Berardi é o primeiro (e provavelmente o único) a fazer os 27 cumes mais altos do Brasil (entre eles Roraima, Neblina, Pico da Bandeira, Pedra da Mina, Agulhas Negras e Pico dos Três Estados). Além disso, registra escaladas e caminhadas na França, Suíça, Áustria, Itália, Eslovênia, Venezuela, Equador, Peru, Bolívia, Tanzânia e Quênia. Já experimentava o montanhismo quando criança. Nas colinas do Sul da Itália, onde nasceu, costumava tomar conta das ovelhas dos seus avós. Uma atividade que precisava de muita disposição, concorda ele. Berardi, que veio para o Brasil aos quatorze, já tem mais de 40 anos na prática do montanhismo, guiando escaladas, caminhadas e expedições de conquista. Sua parceira nas expedições nos últimos dez anos tem sido a também guia Claudia Bessa.

Foi em 15 de maio de 1968 – Francesco não esquece a data – que se associou ao CEB. Mas antes disso já escalava; ele se lembra que usava sapato “china-pau”, com solado de corda, que escorregava muito na pedra. Em 1970 já guiava como guia comissionado e em 1972 se formou no curso de guia na antiga Federação Carioca de Montanhismo. A primeira caminhada pelo Centro Excursionista Brasileiro foi o Costão do Pico da Tijuca. As escaladas ainda estão entre suas atividades, mas, por causa de problemas no joelho, hoje programa mais caminhadas, a maioria delas classificadas como semipesadas e pesadas.

Berardi, que já guiou mais de 1800 excursões, é um ícone no montanhismo brasileiro e tem recebido homenagens por sua dedicação ao esporte. Ele sintetiza essa paixão dizendo que é um prazer ir às montanhas: “Quando conquisto um cume já estou pensando no próximo, nunca estou satisfeito”. No alto, sente-se realizado em apresentar tanta beleza para os participantes. Diz que fez quase tudo o que queria no montanhismo, mas lembra que não fez ainda o Aconcagua, uma aventura recheada de trilhas por paisagens inesquecíveis, que não está totalmente descartada de sua agenda. Berardi é um guerreiro da montanha.



Berardi em Zermatt, na base do Matterhorn (ou, em italiano, o Cervino)

RANKING DOS GUIAS EM 30/09/2011

guia	pontuação
1. Pedro Bugim	42
2. Antonio Dias	41
3. Almir Siller	33
4. Martinus van Beeck	31
5. Francesco Berardi	27
6. Claudia Bessa	27
7. Horacio Ragucci	26
8. Zozimar Moraes	20
9. Simone Leão	17
10. Jose Carlos Ferreira	15

Acontecerá no CEB**26 e 27 de novembro**

Denise Thome e João Dale avisam:

Vamos dar continuidade ao plantio no Vale Verdejante em Andrade Costa. Estamos recuperando uma área de 2 hectares e contamos com a participação de todos. O plantio começa sábado às 9:00hs. Haverá um churrasco feito pelo Adilson e o Luis Carlos Leitinho!!

No domingo faremos uma caminhada com o Juca, o que é sempre uma surpresa!

O valor da diária fica em R\$ 30,00. Quem quiser pode chegar na sexta, estaremos por lá! A Kátia vai fazer um lanche especial para recebê-los!

1 de dezembro

Escolha dos vencedores do concurso fotográfico.

O concurso tem como tema: Formas curiosas de montanha.

8 de dezembro

Diplomação dos formandos do curso de guias.

15 de dezembro

A Lis avisa:

Convidamos a todos a desfrutar de mais uma confraternização natalina na sede do CEB, em um clima de paz e união. Contamos com a presença de todos para ceia. Cada associado colaborará com um prato de sua especialidade. Haverá também um divertido amigo oculto. Quem quiser participar desta brincadeira deverá trazer um presente unissex no valor de R\$ 15,00.

22 de dezembro

Comemoração dos aniversariantes de dezembro.

30/31 de dezembro

Dois réveillons: um na Pedra Selada, outro nos Frades (vide programação).

Atenção: A secretaria estará fechada a partir do dia 23 de dezembro, reabrindo dia 2 de janeiro de 2012.

NOTA DE FALECIMENTO

No dia 14 de outubro faleceu, aos 40 anos, o sócio e ex-diretor do CEB

Rodrigo Caiuby Novaes

Ele continuará vivo na nossa memória como um amigo comunicativo, cheio de energia positiva



O MÃE D'ÁGUA

Martinus van Beeck

O Mãe d'Água deveria chamar-se Mãe das Bromélias: de água não tem uma gota, de bromélias um mar. Esta linda montanha, que tem algumas clássicas vias de escalada, é situada no Vale do Bonfim, Petrópolis. Com seus 1630 metros de altitude fica aos pés do vistoso Alcobaça (1810m), que, assim como a Pedra da Gávea faz com a Pedra Bonita e Rio de Janeiro com Niterói, empresta-lhe a sua beleza.

A caminhada até seu cume é variada: a trilha começa subindo em ziguezague por uma mata, depois passa por uma laje de pedra inclinada e escorregadia e em seguida por uma picada longa e íngreme. Chegando bem perto ("no ombro") do Alcobaça, a turma de 12 ceebenses mais um paulista, guiada pelo Almir no dia 8 de outubro, se surpreendeu: já estávamos acima do cume do Mãe d'Água. A perspectiva de ter que descer e depois subir tudo novamente, debaixo de um sol inclemente, levou alguns participantes quase ao desespero. Não se arrependeram de ter desistido de desistir: seguiu-se a parte mais bonita da caminhada. Depois de descer, em 20 minutos, ao colo sobe-se, (são mais uns 20 minutos) por um pequeno trecho de mata com uma vegetação extraordinária e depois por um mar de bromélias verde-amarelas iluminadas pelo sol. O cume oferece uma vista de 360 graus sobre o Alcobaça, pertinho, a Maria Comprida e seus vizinhos, bem mais longe, sobre o Vale do Bonfim com os picos do Taquaril, do Cantagalo e tantos outros ao fundo, e sobre todas as montanhas que cercam a subida ao Açu.

Subimos em duas horas e vinte minutos; descemos em uma hora e quarenta. Uma caminhada leve superior, belíssima, que não fica devendo nada àquela que leva ao seu vistoso vizinho.



O grupo no Cume do Mãe d'Água com o Alcobaça no Fundo

NOVEMBRO

1-URI GABRIEL SCHNEIDERMAN
 1-FABIO JOSÉ R. DO NASCIMENTO
 1-PAULO HENRIQUE CHAVES CORDEIRO
 4-MAURICIO CARVALHO C DA SILVA
 5-LUCIA MARIA PINTO MACIEL
 5-ANDRÉ MARTINS
 5-CLOVIS JOSE FITARELLI
 5-RICARDO FRANCIA TIRADO
 7-JOSÉ BARREIROS MANSO FILHO
 7-FERNANDO JOSE DE MAGALHÃES
 7-FRANCISCO DE LEMOS GONDIN DA FONSECA
 8-RENATA MEMÓRIA DE OLIVEIRA
 10-BIANCA PACHECO DA CRUZ
 10-CHRISTOPHE LAUERE
 11-DANIELE RAUSIS LOBOS
 12-RACHEL FERREIRA
 15-JOSÉ PELAIO TEIXEIRA GONÇALVES
 16-TERESA CHRISTINA BELEM RAMALHO
 18-FLAVIO DOS SANTOS NEGRÃO
 19-LUCIMEIRE SILVA
 20-JORGE JUAREZ DE SOUZA
 20-ANDERSON MENDES DIAS
 21-RENATO FERNANDO MENDES
 21-JOSÉ CARLOS DE OLIVEIRA
 22-RUBIA GRACIELE PATZLAFF
 23-NATALINA SANAÉ NODA DE SOUZA
 23-LUIZA MARIA SANTANA SPINETI
 23-TELMA MARIA DE OLIVEIRA JAVOSKI
 24-SERGIO LUIZ DANTAS DE ALMEIDA
 25-JACQUELINE HADDAD
 26-BRUNO OSVALDO LEONEL
 26-MARCOS AUGUSTO PESSOA
 27-RITA DE CASSIA BITTAR
 28-MARIA APARECIDA FERREIRA BARCELLOS
 28-LARISSA MARIA MORAIS FLAVONI
 29-REGINA ESTHER ERTHAL GOMES
 30-RITA DE CÁSSIA VIEIRA GASPAR

ANIVERSARIANTES



DEZEMBRO

1-FERNANDA VARGAS B. FERNANDES
 3-SÉRGIO LUIZ BENZONE
 4-ALEX PEREIRA DE CASTRO LEAL
 5-DANIEL DANTAS ALVARENGA
 5-VINICIUS TRINDADE GONZALEZ DIAS
 6-CRISTIANE MESQUITA BORTOLUZZO
 9-RUBEN SADI F BRITO
 11-FERNANDO LENCASTRE SICURO
 13-PAULO ROBERTO R. MAERIM JUNIOR
 16-VICENTE C. CUSTODIO
 17-MARLI SEVERINA SILVA DE LIMA
 17-MARCOS DA SILVA BUGARIN
 17-PATRICIA TEIXEIRA DA SILVA
 18-ANDRÉ ROBERTO JAKURSKI
 18-SILVIO FIGUEIREDO LIMA FILHO
 18-MORIÇA DE SOUSA COELHO
 19-DIOGO FELIPE DOS SANTOS TOBIAS
 19-ALEXANDRE GOMES CIANCIO
 19-NEIDE DE VASCONCELLOS FERREIRA
 20-SANDRA PEREIRA PALHANO
 20-OSVALDO GOMES DE SOUZA JUNIOR
 21-ALMIR SILLER DE ABREU
 21-GIL XAVIER LACERDA
 21-MARCO ANTONIO GONÇALVES GARCIA
 21-WILSON ABDO ABUGEGER
 22-HENRIQUE LIMAVERDE C. DE LIMA
 22-JULIANA MARISE C. CUSTODIO
 23-RENAN MOREIRA BARBOSA
 24-MARIA DALVA MOREIRA GONÇALVES
 24-THIAGO ROCHA HAUSSIG
 25-PATRICIA TORRES R. DA COSTA
 29-ELISA CLEMENTE F. COSTA
 30-DANIELLE DE CASTRO PETRALHA
 31-SÔNIA RAGUCCI S. FREIRE
 31-ADRIANA ALVES PINHEIRO
 31-CARMEN ELIZABETH LAGE WAZLAWIK

CHEGANDO À BASE

03429 - SIMONE VIANA DE SIQUEIRA
 03430 - DIOGO FELIPE DOS SANTOS TOBIAS
 03431 - VICENTE C. CUSTODIO
 03432 - GABRIELA FRANCO D. LYRA
 03433 - ANA PAULA M. DE MENEZES
 03434 - VINICIUS MAIA DE JESUS
 03435 - ALESSANDRA DA SILVA GOMES
 03436 - DEIZE ALBERNAZ ARAUJO
 03437 - JULIANA GODOY A. TADEU
 03438 - HELGA VAZ TEIXEIRA

03439 - ROMARIO BARBOSA DA SILVA
 03440 - RODRIGO CHIARADIA
 03441 - IGO MARCOS H. MARRON
 03442 - FREDERICO DA SILVA NOGUEIRA
 03443 - THAÍS GRAEF
 03444 - FLÁVIA ABREU DE CARVALHO
 03445 - SÉRGIO COSTA DE LIMA
 03446 - ERIVALDO ALCÂNTARA DE OLIVEIRA
 03447 - LEANDRO ESPINDOLA GODOY

Antônio na festa da inauguração do muro de escalada

PROGRAMAÇÃO

VEJA A PROGRAMAÇÃO ATUALIZADA NO SITE CEB.ORG.BR				
DATA	ATIVIDADE	CLASSIFICAÇÃO	LOCAL	DIREÇÃO
2/ 11	PEDRA ROSILHA	LEVE SUPERIOR	PEPB	ALMIR SILLER
04-6/ 11	ILHA GRANDE	CAMINHADAS DIVERSAS/ ACAMPAMENTO	ANGRA DOS REIS	ZOZIMAR MORAES / SIMONE HENOT LEÃO / ANTÔNIO CANDIDO DIAS
05/ 11	TRAVESSIA PAU DA FOME X VARGEM GRANDE VIA CASA AMARELA E GUNZA	LEVE SUPERIOR	PARQUE ESTADUAL DA PEDRA BRANCA	HORACIO ERNESTO RAGUCCI / MARTINUS VAN BEECK
12/ 11	DEDINHOS DO DEDO DE DEUS	PESADA (só para escaladores)	PNSO	ALMIR SILLER
12-13/ 11	PICO DO MATA CAVALO X CACHOEIRA DO TOMBO D'AGUA E SERRA DO PILAR	VARIADAS	P.E.DESENHANO MOCOTO - CAMPOS	CLÁUDIA BESSA DINIZ DE MENEZES/ FRANCESCO BERARDI
15/ 11	PEDRA BONITA E AGULHINHA DA GÁVEA	LEVE	PNT	ALMIR SILLER
19/ 11	MEU CASTELO	LEVE	PETRÓPOLIS (Bairro de Morin)	HORÁCIO RAGUCCI MARTINUS VAN BEECK
20/ 11	CABEÇA DE NEGRO	LEVE SUPERIOR	SERRA DA ESTRELA PETRÓPOLIS/ MAGE	CLÁUDIA BESSA DINIZ DE MENEZES/ FRANCESCO BERARDI
26-27/ 11	REPLANTIO NO VALE VERDEJANTE	ATIVIDADE ECOLÓGICA E RECREATIVA	ANDRADE COSTA	DENISE TOMÉ E JOÃO DALE
03/ 12	MORRO DO RETIRO E VALE DOS ESQUILOS	LEVE SUPERIOR	PETRÓPOLIS	HORÁCIO RAGUCCI MARTINUS VAN BEECK
04/ 12	PEDRA DA GÁVEA	SEMIPESADA	PNT	FRANCESCO BERARDI / JOSÉ CARLOS DE OLIVEIRA
09/ 12	PRAIA DO SONO	LEVE SUPERIOR	LARANJEIRAS- PARATY	ZOZIMAR MORAES / ANTÔNIO CANDIDO DIAS
15/ 12	FESTA NATALINA	CONFRATERNIZAÇÃO	SEDE DO CEB	SECRETARIA DO CEB
18/ 12	TRAVESSIA GUAPIAÇÚ X CAMPESTRE	SEMIPESADA	CACHOEIRA DE MACAÇÚ X NOVA FRIBURGO	CLÁUDIA BESSA DINIZ DE MENEZES/ FRANCESCO BERARDI
30-31/ 12	RÉVEILLON NA PEDRA SELADA	VARIADAS	VISCONDE DE MAUÁ	ZOZIMAR MORAES / ANTÔNIO CANDIDO DIAS
30-31/ 12	RÉVEILLON NOS FRADES	LEVE SUPERIOR	TERESÓPOLIS VALE DOS FRADES	CLÁUDIA BESSA DINIZ DE MENEZES/ FRANCESCO BERARDI
28/ 01	TRAVESSIA ALTA DA BOAVISTA – CABANA DA SERRA via Ruínas da Fazenda Boa Vista	LEVE SUPERIOR Martinus comemorando 10 anos de guia e 200 caminhadas guiadas	PNT FLORESTA DA TIJUCA	HORÁCIO RAGUCCI MARTINUS VAN BEECK

Linha

Urbana

Com resistência
para uso pesado

Ideais para uso universitário ou em academia, possuem compartimentos internos divididos para canetas, chaves, documentos, celular, etc. além de bolsos externos.

Costas acolchoadas para maior conforto e fita abdominal para maior estabilidade.

Crampon 31 - Local para MP3 ou walkman com saída para fone.
Costas e alças com acolchoamento reforçado.
Capa de chuva embutida para proteção da mochila.



Trilhas & Rumos



Crampon 29 - Detalhes refletivos, alças anatômicas e fitas externas que acomodam um casaco. Bolso frontal com divisões para canetas, documentos, etc.



Campus 30 - Compartimento acolchoado para notebook (27 x 4 x 36 cm.) com acabamento em EVA e fundo reforçado, com amplo espaço para livros e roupas.

PREPARE-SE PARA CURTIR A NATUREZA

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

10%
desconto*
para sócios
do CEB



ADVENTURA
explore sua natureza

Avenida Treze de Maio 47, sl. 102, Centro, Rio de Janeiro - RJ
www.adventura.com.br | loja@adventura.com.br | (21) 2524 2208

*Desconto individual, não cumulativo, válido por tempo determinado.