



CENTRO EXCURSIONISTA RIO DE JANEIRO



P. B. - M. 5863

ANO XXXV | BOLETIM INFORMATIVO DO CERJ | Nº 426 JUN. 1974





CENTRO EXCURSIONISTA RIO DE JANEIRO

Membro Fundador da Federação Carioca de Montanhismo

FUNDADO EM 20 DE JANEIRO DE 1939

SEDE PRÓPRIA: AVENIDA RIO BRANCO, 277 — GR. 805
ZC - 39 - CEP - 20.000 - TEL.: 252-9908
RIO DE JANEIRO - BRASIL

REUNIÕES ÀS 3^{as} e 6^{as} feiras - ÀS 19:00 hs

Índice

AUTO PROMOÇÃO	3
PROGRAMAÇÃO	4
A TÉCNICA DE ESCALADA NA ROCHA	6
A CONQUISTA DA PEDRA DA FREIRA	8
SOCIAIS	12
BALANCETE	13
HUMORISMO	14

Diretor de Propaganda: WALTER CHAVARRY VELLOSO

NOSSA CAPA

" PEDRA DA GÁVEA "

Maravilha do Excursionismo

Carioca e símbolo do escudo do C.E.R.J.

Quem vai uma vez a " Gávea ",
quando volta encontra sempre um novo encanto.

(foto do nosso arquivo)

AUTO PROMOÇÃO

Desta vez o artigo de fundo vai falar do próprio Boletim do CERJ, numa espécie de acesso de falta de modéstia que muitos poderão criticar - à primeira vista, com razão, se ouvirem falar deste texto.

Não, porém, ao lerem - porque a essa altura já terão aberto o seu exemplar do Boletim em sua nova forma. Este velho e modesto órgão de divulgação, velho de muitas batalhas e tão antigo como o próprio CERJ, está vestindo roupa nova que pretende usar de agora em diante. A conta do alfaiate, porém, é um pouco alta; para cobrir as despesas, abrimos nessas capas a todos os que estiverem interessados em divulgar suas atividades profissionais no pequeno, porém ativo, mercado excursionista.

Serão dois anos de anúncio; 24 números prontos a transmitir uma mensagem publicitária, a custo de oito centavos por exemplar. Este é o apoio de que precisamos e a oferta que fazemos - trata-se realmente, de uma auto-promoção.

PROGRAMAÇÃO - junho

Dia 1º - QUEIXO DO ÍNDIO - CORCOVADO - Altitude: 710 m - Posição: Serra da Carioca - Guanabara - Tipo: Escalada - 4º Grau com artificial - Encontro: 7:00 hs - Bob's Largo da Carioca
Guias: Walter Chavarry Velloso/Sérgio Bahia

Dia 1º/2 - DEDO DE DEUS - (Face Leste) - Altitude: 1.692 m - Posição: Serra dos Órgãos - Teresópolis - Est. Rio de Janeiro - Tipo: Escalada 2º Grau - Bivague: Gruta Bendi - Encontro a combinar
Guia: José Oswaldo Pereira Filho

Dia 2 - PAREDAO K-2 - CORCOVADO - Tipo: Escalada 4º Grau - Encontro: 7:00 hs - Bob's Largo da Carioca
Guia: Walter Chavarry Velloso

Dia 6 - PAREDAO UNICEC - MORRO DONA MARTA - Altitude: 365 m - Posição: Serra da Carioca - Guanabara - Tipo: Escalada 3º Grau.S - Encontro: 7:00 hs - Estação de Trem do Corcovado - Cosme Velho

Dia 9 - PAREDAO EMÍLIO COMICI - DOIS IRMÃOS DE JACAREPAGUÁ (Menor) - Altitude: 246 m - Posição: Maciço da Pedra Branca - Guanabara - Tipo: Escalada 3º Grau.S - Encontro: 7:00 hs - Bob's Largo da Carioca
Guia: Alexandre Mazzacaro

Dia 13 - CAMPO ESCOLA - MORRO DA BICA - Posição: Cascadura - Guanabara
Encontro: 7:00 hs - Panteon (Av. Pres. Vargas)
Guia: Fernando Ferreira da Silva

Dia 14 - SESSAO DE CINEMA - FILME: Surpresa - Sede do CERJ - às 21:00 hs

Dia 15 - PAREDAO ALDA PACHECO - AGULHINHA DA GÁVEA - Altitude: 611 m - Posição - Serrão da Carioca - Guanabara - Tipo: Escalada: 2º Grau.S - Encontro a combinar
Guia: Sérgio de Souza Bahia

Dia 16 - PAREDAO UNICEC - MORRO DONA MARTA - Encontro: a combinar
Guia: Alexandre Mazzacaro

Dia 16 - PAREDAO SANTOS DUMONT - PÃO DE AÇUCAR - Altitude: 395 m - Posição: Serra da Carioca - Guanabara - Tipo: Escalada 1º Grau - Encontro: 7:00 hs - Praia Vermelha
Guia : D.T. (Departamento Técnico)

Dia 21 - FESTA DO MEIO DA CONQUISTA DA SEDE - Sede do CERJ - a partir das 19:00 hs - Nota: Doces e Salgados serão grátis

Dia 22 - PAREDAO ANTA-ANTA - DOIS IRMÃOS DO LEBLON (Menor) Altitude: 421 m - Posição: Serra da Carioca - Guanabara - Tipo: Escalada - 3º Grau.S - Encontro: 7:00 hs - Hotel Leblon
Guia: Carlos Bernardo

Dia 23 - QUEIXO DO ÍNDIO - CORCOVADO - Encontro: 7:00 hs - Bob's (Largo da Carioca.
Guia: Alexandre Mazzacaro

Dia 29 - PAREDÃO K-2 - CORCOVADO - Encontro: 7:00 hs - Bob's (Largo da Carioca)
Guia: Alexandre Mazzacaro

Dia 30 - FISSURA SAINT - EXUPERY - CORCOVADO - Escalada Artificial - Encontro: a combinar
Guia: Reynaldo P. Ferreira

Dia 30 - PAREDÃO CARDEL - SUMARÉ - Altitude afeir - Posição: Serra da Carioca - Guanabara - Tipo: Escalada 39 Grau - Encontro: a combinar
Guia: Arlindo José Cardoso Carvalho

julho

Dia 6 - PAREDÃO LARANJEIRAS - MORRO DONA MARTA - Tipo: Escalada 29 Grau com artificial - Encontro: 7:00 hs - Praia da concha (R. Laranjeiras) c/ (R. GAL. Glicerio)
Guia: Antônio Carlos Ferreira da Silva

Dia 7 - PAREDÃO LIONEL TERRAY - PEDRA BONITA - Altitude: 693 m - Posição: Serra da Carioca - Guanabara - Tipo: Escalada 39 Grau - Encontro: 7:30 hs - Usina
Guia Walter Chavarry Velloso

ITATIAIA EM JULHO

Não perca a sensacional Itatiaia gelada, em pleno mês de julho, com neve, esqui, patinação e outras transas. O guia será novamente o Virgílio e a data 19 a 21.

Atenção: como a excursão será feita em carros particulares, é importante que você reserve o seu lugar o mais cedo possível

A TÉCNICA DE ESCALADA NA ROCHA

"A escalada pode ser dividida em duas partes":

- a escalada livre, onde o escalador se eleva ao longe do rochedo aproveitando as irregularidades que ele apresenta: lajes, fissuras, chaminês;
- a escalada artificial, onde pela falta de agarras, o escalador deve recorrer ao emprego de grampos e pitons, com todas as possibilidades que seu emprego comporta, ao lançamento de corda ou às "tirolesas".

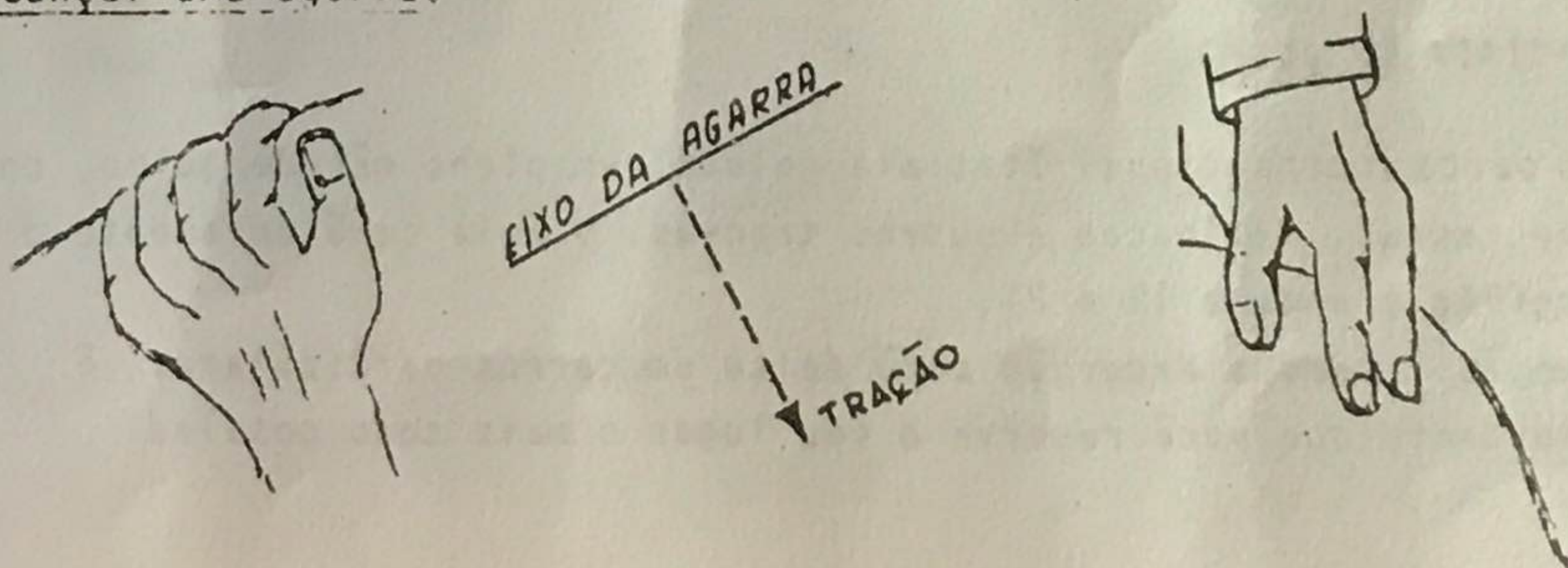
ESCALADA LIVRE:

Segundo as formações rochosas a vencer, distinguimos as escaladas exteriores, onde o escalador se eleva pela parte exterior das paredes rochosas, aproveitando-se dos Agarras, etc, e as escaladas interiores, onde a progressão do alpinista se faz graças as fraturas que sulcam a parede; as fendas estreitas são chamadas fissuras e permitem ao alpinista se elevar por meio de encaixe e trancamento dos pés e das mãos na mesma, e com o corpo no exterior ou meio encaixado na fissura; as fendas largas são chamadas chaminês onde o escalador se eleva em seu interior, através de oposição entre os pés e as costas em paredes opostas.

ESCALADA EXTERIOR:

Permite vencer lajes e arestas rochosas, fazer travessias diagonais e horizontais seguindo os platôs e ranhuras por uma escalada instintiva, depois por um método mais elaborado, fazendo uso da reflexão, utilizamos a aderência e a oposição.

Utilização das agarras: escolher sempre as agarras em função de sua solidez, de sua disposição e de seu tamanho, depois exercer a tração sempre perpendicularmente ao eixo de agarra. Nunca saltar para alcançar uma agarra.



Posição do Corpo: o alpinista escala com se subisse uma escada, e corpo vertical, bem apoiado sobre os pés, as mãos não devem estar colocadas acima da cabeça ao mesmo tempo, elas devem ficar na altura dos olhos, eu melhor ainda, sempre como numa escada, um braço está estendido para cima enquanto outro resta em baixo, e assim sucessivamente, enquanto que o peso do corpo passa alternadamente de uma perna e um pé para o outro.

É bastante frequente que o iniciante se encontra paralizado, bloqueado, depois de somente alguns metros de escaladas, porque ele está "colado" a parede com ambos os braços acima da cabeça, pois o iniciante tem sempre a tendência de procurar agarrar as agarras de mão muito alto, crendo sempre que elas serão melhores.

(continua no próximo boletim)

NOTÍCIAS DO DEPARTAMENTO TÉCNICO

Se você tem em seu poder qualquer material do DT, devolva-o com urgência ao DT para podermos dinamizar nossas programações.

■ ■

Visando continuar a conquista do Paredão SILVIO MENDES, foi feita uma exploração da parte anteriormente conquistada. As perspectivas são promissoras.

■ ■

Com o fim de diversificar as possibilidades de treinamento no Campo Escola do Morro da Bica, uma turma de CERJ está preparando para treino de artificial fixa, e paredão negativo da pedra B. Já foram colocados diversos grampos.

■ ■

A CONQUISTA DA "PEDRA DA FREIRA"

Cachoeiro de Itapemirim - Espírito Santo

Altitude: 1.000 m

Tipo: Escalada 49 Grau

Data da Conquista: 06 de junho de 1948



O FRADE E A FREIRA

PARTIDA

Na noite de 25 de junho de 1948, seguiram para Cachoeiro a equipe do C.E.R.J. Após 17:30 h de viagem, chegaram a Cachoeiro onde foram recepcionados por amigos do Clube Excursionista de Cachoeiro.

No Hotel Toledo, livraram-se do banho de poeira e depois de reconfortável almoço saíram a passeio pela cidade, a fim de relembrar os agradáveis momentos da última estada.

O dia 27 amanheceu duplamente festivo, pois além de se apresentar claro, a cidade se engalanara-se para os festejos do tradicional "Dia do Cachoeiro Ausente".

RUMO A MONTANHA

Na manhã do dia 30, fizeram os últimos preparativos, conforme estava previsto e após o almoço, partiram precisamente às 17:30 h de caminhão.

Depois de deixarem o veículo, caminharam ainda cerca de duas horas, a fim de, poder instalar o acampamento base (nº 1), que foi feito num paol que lhes puseram a disposição.

Assim instalados dormiram e no dia seguinte, Júlio, Sílvio Mendes e João, este do clube local, rumaram pelo caminho escolhido, a fim de poderem atingir a "crista" que separa a "Freira" do "Frade". Os demais ficaram em serviço de apoio, inclusive cosinha. Às 11.00 h regressaram os três exploradores ao acampamento base, satisfeitos com o reconhecimento, pois já haviam penetrados na "chaminé", que logo denominaram "Itapemirim".

Após o almoço, retornaram ao caminho já traçado para conduzir mais equipamentos e logo fixaram os dois primeiros grampos, regressando ao ponto base.

Às 9:30 h do dia 2, partiram Sílvio, João, Júlio e Cidineides, que bem carregados de todo o necessário venceram os 25 metros da Chaminé Itapemirim, instalando, às 13:30 h bem na crista do contraforte entre as pedras Freira e Frade, o acampamento nº 2 Sílvio e João prosseguiram na exploração os outros dois procuravam conseguir um plano para poder armar a barraca.

Às 15:15 h colocaram o 3º grampo e até as 17:30 h colocaram mais três grampos, chegando ao acampamento nº 2 as 18:00 h.

Ao amanhecer do dia 3, fixaram mais quatro grampos. Voltaram ao acampamento, almoçaram e às 12:40 h, retornaram todos ao acampamento base (nº 1), ali chegando às 14:10 h.

Resolveram então, os alpinistas tomar ligeiras férias e, a convite do Sr. Gustavo Pin, que foi buscá-los de automóvel, visitaram Porto Novo, rumando em seguida para Cachoeiro para passar o resto deste dia e o do domingo.

Às 13:45 h de 2ª feira, dia 5, rumaram novamente para a escalada, acompanhando-os, além de João, dois outros membros do Clube Excursionista de Cachoeiro. Chegaram ao acampamento base (nº 1) as 16:15 h, Sílvio, João e Luiz Borges arrumaram algum material e mantimentos, e saíram rumo ao acampamento nº 2, ali chegando às 18:00 h.

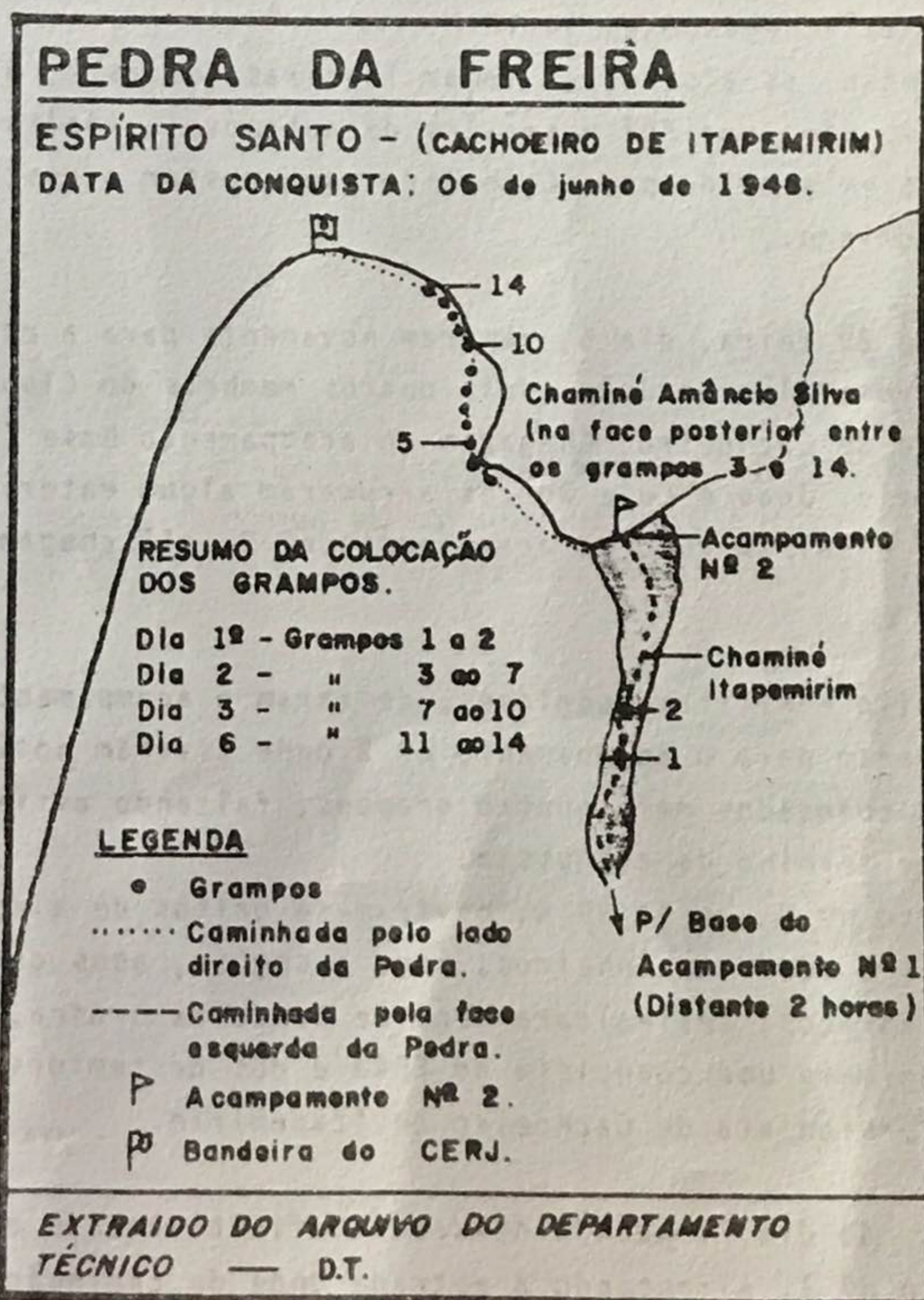
No dia 6, Júlio e William Rodrigues, deixaram o acampamento base (nº 1) e rumaram para o acampamento nº 2 onde tiveram notícias que já se haviam colocados mais quatro grampos, faltando assim, poucos metros para o término da conquista.

No acampamento nº 2, às 14:30 h, ouviram-se gritos de alegria de Sílvio Mendes e seus companheiros, logo a seguir, após comemorar o feito entre abraços, desfaldaram enorme bandeira branca, estava assim, selado mais uma conquista do CERJ e dos destemidos membros do Clube Excursionista de Cachoeiro de Itapemirim.

Eram 10:30 h, do dia 7, quando deixaram definitivamente e satisfeitos o acampamento nº 1, alcançando a estrada onde de caminhão rumaram para Cachoeiro, ansiosos, para transmitirem a boa nova ao hospitaleiro povo que os recebeu de braços abertos.

Até o dia 12 permaneceram na cidade a fim de gozarem o restante das férias combinadas, em companhia de bons amigos do lugar.

No dia 13, às 4:30 h, embarcaram para o Rio de Janeiro. Chegando aqui depois das 20:00 h com louros da vitória da conquista da Pedra da Freira.



CONQUISTAS DO C. E. R. J.

- 18.06.1946 - PICO MAIOR DE FRIBURGO (Salinas - RJ) - 49 Grau S
- 22.06.1947 - PICO DO ITABIRA (C. Itapemirim - ES) - 59 Grau
- 06.06.1948 - FRADE E FREIRA (C. Itapemirim - ES) - 49 Grau
- 12.06.1965 - CIRCUITO C. E. R. J. (Itatiaia-Agulhas Negras - RJ) - 19 Gr
- 25.06.1966 - CHAMINÉ BRACKMANN (Prateleiras - Itatiaia - RJ) - 39 Grau
- 14.06.1968 - CABEÇA DE DINOSSAURO (Serra dos Órgãos - RJ) - Caminhada

NOVA CONQUISTA

Acaba de ser conquistada pelo CEC uma via direta ao Morro do Moganga. Trata-se do paredão Bang-Bang, à esquerda da chaminé Moganga. Foram feitas 5 investidas pela equipe formada por Nelson, Cristiano, Fontenele, Eurico e Sylvia, além de um numeroso grupo de apoiadores. Parabéns ao CEC pela nova conquista.

ATENÇÃO - GUIAS

Este Boletim, passando a ser impresso, não pode sofrer atrasos.

Para que ele saia em dia, porém, é preciso que a PROGRAMAÇÃO esteja pronta em tempo.

Por isso solicitamos que você, guia do CERJ, pense nas excursões que vai guiar no próximo mês e se comunique com o DT o mais cedo possível

ANIVERSARIANTES DO MÊS DE JUNHO

- 2 - John Gordon Cruickshank / Suely Câmara Medeiros
- 3 - Benedicto de Oliveira Botelho
- 4 - Waldemar Ferreira Guimarães Filho / Karan Nicolau Jorge
- 6 - Cláudio Rogério Vinceti
- 8 - Celso Gomes Marques da Silva / Renato Fonseca Marcondes
- 10 - Eduardo de Souza Andrade
- 11 - Nils Veng Petersen / Walter Lima Torres
- 13 - Antônio Felis Brasil / Nozart Homero Teixeira / Rubens Murilo dos Santos
- 14 - José Augusto Drummond de Oliveira
- 16 - Elton Fernandes
- 18 - Ivan Moraes Castanheira Brandão
- 19 - Leila de Macedo Rocha
- 21 - Samuel Teitel
- 24 - Irene Trigona
- 26 - Alexandre Alves de Almeida / Antônio Ramos Martins / Danilo Diequez / Maria Genoveva Von Hubinger / Neyde Tavares Sobral Pinto
- 27 - Gemy Ribinik
- 28 - Alda Conceição Andrade / Roberto Alves de Almeida / Gerônimo Ribeiro de Queiroz
- 29 - Frederico Von Dollinger Jr. / Miguel Pedro Alves Cardoso
- 30 - Lídia Dias

NASCIMENTO: Em 25 de abril passado nasceu GUSTAVO ADOLFO, filho de LAILA CARROZZINO e de CARLOS ALBERTO CARROZZINO, ambos sócios do CERJ

BALANCETE DE ABRIL

DEVE		HAYER	
Saldo de Março	204,62	Luz	48,00
Campanha Sede Própria	1.120,00	3 ^a Cota Extra Condomínio	223,70
Mensalidades	140,00	Devolução Empréstimo	290,00
Título Sócio Proprietário	60,00	16 ^a Prestações da sede	1.550,00
Atividades Sociais	1.160,00	Saldo para maio	826,92
Atividades Técnicas	254,00		<u>2.938,62</u>
	<u>2.938,62</u>		

CEPI - UNICEC

Nunca, jamais vi tanta aderência
Como encontrei neste paredão
Aí, meu Deus que saudades do CEPI
Onde se pega no cabo com a mão

Às vezes passava uma agarra ao meu lado
Que sempre ajudava a gente a subir
Aqui no UNICEC a gente escorrega
Está sempre subindo querendo cair

O CEPI não tinha a menor dificuldade
Mas este é um paredão de verdade

PROVERBIOS

Fica sempre perfume nas mãos de quem dá uma rosa.

Procura-se Deus na vastidão do firmamento, no entanto, ele se acha onipresente no recesso de cada ser.

Quando é esmola demais, o santo desconfia.

ASSALTO A BANCO

- Mãos ao alto, todos. As mulheres para o banheiro, depressa. O sr. gerente, abra o cofre logo.
- Mas eu não sei a combinação.
- Não faz male: hoje foi só um ensaio - o assalto será na quarta-feira.

APELIDO

- Diploma, vai buscar um cafezinho pra visita.
- Que apelido gozado o sr. arrumou para o menino.
- É meu neto. Minha filha foi estudar na cidade e foi isso que ela trouxe.

Preencha os espaços vagos de forma a obter os resultados enumerados:

3	+		-		= 4
X		X		X	
	X		-		= 5
-		-		+	
	X		-		= 3
= 2		= 3		= 5	



SEM PALAVRAS

Sept. 1840 to Porto

London. Se para, vol. 1. 1840

Z. C. 10 1840

L. b. 74

Amoy

