



# BOLETIM INFORMATIVO

ANO 64 OUTUBRO/2002 NÚMERO 566

**Não deixei de conferir:**

**-Relato do Salomyth**

**-Conquistas do CERJ - anos 60**

## **EXPEDIENTE CERJ 2002**

### **Presidente**

Waldecy Mathias Lucena

### **Vice-Presidente**

Myrian Cezarie Jourdan Garrido

### **Secretário**

José de Oliveira Barros (Zé)

### **1 Tesoureira:**

Eliane Vale da Costa Braga

### **Diretor Técnico**

Ronaldo Meira Paes

### **Supervisor Técnico**

Nino Bott de Aquino

### **Diretora Social**

Silvia Noronha dos Santos

### **Diretor de Ecologia**

Salomyth Fernandes

### **Diretores de Divulgação**

Ester Binsztok

João Paulo Pontes Fortes

### **CONSLEHO DELIBERATIVO**

#### **Presidente**

M. Rothier

### **ASSEMBLÉIA GERAL**

#### **Presidente**

Eduardo Marcel Ribeiro

### **CONSELHO FISCAL**

#### **MEMBROS EFETIVOS**

Paulo Maurício Ballado,

Irion da Silveira Mello e

Everaldo Mattos de Souza

Boletim Informativo do CERJ:

Tiragem: 300 exemplares.

Diretor Resp. Ester Binsztok

Editor: JP

**Os artigos assinados não representam necessariamente a posição da entidade. É permitida a reprodução dos artigos desde que mencionada a fonte**

**Capa: Fim do Diedro de Salomyth**

# **Editorial**

A década de 60 certamente foi uma década de ouro na história do CERJ, a começar pelas inúmeras vias e montanhas conquistadas, como pela quantidade e qualidade técnica do pessoal do nosso clube.

Foram tantas conquistas, na sua maioria bem audaciosas, que não couberam num único boletim e certamente ainda possuímos material para dois informativos ou mais.

De volta a nossa realidade, neste mês pudemos acompanhar através da nossa lista de discussão na Internet - CERJLIST, o desenvolvimento técnico do nosso pessoal iniciante, com suas aventuras nas montanhas do Rio de Janeiro. Fica aqui a nossa torcida para que esta turma dê origem aos futuros guias e conquistadores do nosso clube.

Em outubro também iniciamos mais um curso básico de montanhismo, com uma turma que promete muito pela sua disposição física e psicológica para enfrentar os desafios do nosso esporte.

Um abraço a todos e boas escaladas por aí...

A Diretoria.

# Novidades do CERJ

- Desculpem o transtorno, estamos trabalhando para sua comodidade...

Nossa sede acabou de passar por uma reforma completa na parte elétrica e em seguida estaremos instalando um sistema de ar condicionado! Isso merece uma festa!

- Mais um **Curso Básico** iniciado, os guias que já participaram de alguma atividade com essa turma fizeram vários elogios!

- A **Festa da Primavera** foi um sucesso, não só pela organização do evento quanto pela alegria da turma. Modestia parte, como todas a



**CORDA  
TASMANIA 10.5  
ÚNICA A SUPORTAR  
21 QUEDAS  
FATOR 2**



Casa do Alpinista  
Rua da Matriz 10, Botafogo  
Tel: 2286-9564 - 2537-2594



## ETGE 2002 - errata:

- No último boletim, anunciamos uma listagem incompleta dos nossos alunos e dessa forma desejamos boa sorte ao Taíno Barreto e ao Guido, totalizando assim 9 "alunos"...

**GPS** - Acabamos de adquirir este aparelho através de uma iniciativa do nosso Diretor Técnico Ronaldo com apoio fundamental de Miriam Bamos!

**Você está com as suas mensalidades em dia? O CERJ agradece...**

OUTUBRO/2002



# VITÓRIA - CONSEGUI

Que maravilha chegar no final da escalada do Paredão Branco – Morro da Urca, sem sentir nenhuma dor no joelho direito, com direito a bolo de chocolate e nozes, cafezinho, maçã, etc.. A nossa escaladora Argentina Miriam estava a nossa espera na Gruta, ponto final da escalada. Quantas felicitações e carinho, depois de quatro a cinco anos impossibilitado de fazer caminhadas, voltar a fazer escalada é um prazer incalculável!

Tudo começou numa excursão que fiz ao ponto culminante “Tira-chapéu” – Serra da Bocaina (SP), na volta, chegando quase no final da descida fácil “caminho de vaca”, numa depressão coberta de capim, caí, rolando uma pequena ribanceira, de tal maneira que minha perna dobrou violentamente para traz, ficando imobilizada e com muita dor no joelho. Meus amigos fabricaram uma muleta para eu prosseguir até o carro, estacionado a mais ou menos dois kilometros. Resultado – tive estiramento dos ligamentos do joelho (felizmente não romperam), mas impossibilitou-me a não fazer mais caminhadas. Não senti por longo período confiança na minha perna direita. Pra me curar, procurei nadar no mar bastante, andar muito dentro d’água na praia tranqüila do Flamengo (mais ou menos um kilometro e meio). Mais tarde, comecei a andar na areia mole até não sentir mais nada.

Pedi aos meus amigos Paulo Mauricio e Brasil se podiam me ajudar a fazer um teste de escalada comigo numa das vias dos Coloridos, no Morro da Urca. Escolheram o Paredão Branco. Ficou combinado que se eu sentisse a menor dor no joelho, desceríamos imediatamente.

Pois bem, a notícia vazou, o “Velho Salô ia voltar a escalar de novo”. O presidente do CERJ Waldecy se prontificou a também me ajudar, até me deu uma camisa com um escudo do CERJ para me dar sorte, e deu! Ainda mais, parecia um acontecimento fora de série, inédito. Paulo Mauricio me dando segurança, Brasil me filmando, o amigo Juca fotografando, procurando o melhor ângulo do Artista, e o Waldecy supervisionando tudo.

Finalmente cheguei na gruta. A nossa amiga Argentina Miriam Bamo Bamo já estava a nossa espera. Senti-me curado e feliz. Logo após a minha chegada à Gruta, apareceu a montanhista do CEB Simone com o Alexandre, ambos médicos, que subiram atrás de mim por precaução (?). soube também que tinha uma galera enorme de todos os clubes de montanha do Rio, que vieram torcer para que eu tivesse um bom desempenho. Desci de bondinho sozinho, enquanto o grupo descia a pé, pelo caminho usual.

Chegando na praça da Praia Vermelha, no Bar Laguna (último grampo), outra surpresa! Encontrei festivo (parecia temporada de montanha), quantos montanhistas me abraçaram e me desejaram boas vindas. Sinceramente, isso nunca me aconteceu na vida antes. Quanta emoção. Como é bom ter amigos montanhistas, ver aqueles rostos risonhos me desejando boa sorte e voltar às montanhas. É uma coisa que mexe com o coração da gente.

Mais tarde, em casa, fiquei pensando na misteriosa, imponente e magnífica Pedra da Gávea, a primeira montanha que ascendi aos 16 anos (1943), e daí, nunca mais deixei de amar as montanhas. Estou com 75 anos, mas quero subir ainda mais e possivelmente escalar mais ainda.

Um dia, subirei a "Montanha dos Deuses", tanto, tanto que nunca mais voltarei a base.

**"A VIDA PASSA, MAS AS MONTANHAS FICAM PORQUE ELAS SÃO ETERNAS!"**

*Salomyth Smith*

**Montcamp**  
Camping e alpinismo

**PROMOÇÃO DO RENTÁ**

tudo em 5 x  
sem acréscimo

**BARRACA NEBLINA 2**  
6 x 44,80  
aluminizada  
2 entradas

roca FIVE TEN PRIMUS TREND SOVA

associados do CERJ ganham 5% de desconto em toda a compra

Centro - Av. Rio Branco, 50 Sij • Ipanema - R. Teixeira de Mello, 21 sobrado  
Shopping Millennium - Barra • Televendas: (21) 2438-8358 • [www.montcamp.com.br](http://www.montcamp.com.br)

# **Dos anos 60 aos 60 anos,**

## **uma Aventura nas montanhas do Peru**

Antes de relatar esta pequena aventura, gostaria de me identificar. Meu nome é Carlos Alberto Carrozzino, sócio proprietário e ex-guia montanhista do CERJ, onde nas décadas de 60 e 70 participei de várias escaladas e conquistas, sendo as principais, a conquista da Sede Própria e da Chaminé Pellegrini.

Em julho deste ano participei de uma excursão com o meu filho, Paulo Henrique, para a Bolívia e o Peru, tendo como alvo principal o Caminho dos Incas.

Na chegada em La Paz, devido a altitude (4000 mts), fiquei com muita dor de cabeça, sem apetite e com um mal estar generalizado, durante os três primeiros dias.

De La Paz, fomos para Copacabana, as margens do Lago Titicaca, onde fizemos algumas caminhadas e conhecemos as ilhas do Sol e da Lua. Quem ainda não teve oportunidade de conhecer este maravilhoso lago, que fica numa altitude de 3800 mts, tem que fazer um esforço para conhece-lo, pois é simplesmente maravilhoso, deslumbrante.

Do lago, viajamos para Cuzco, no Peru, utilizando dos transportes "caseiros", para não perder o espírito excursionista, economizar alguma grana e conhecer o povo mais de perto. Alias, um povo espetacular. Carinhoso e muito atencioso com todos que desejam algo deles. Estão sempre dispostos a ajudar ou simplesmente conversar.

Como a excursão não podia passar de duas semanas, reservamos a primeira para conhecer a Bolívia e as ruínas Incas que estão localizadas nas periferias de Cuzco (centro da civilização Inca) e no Vale Sagrado. Visitamos Saqsayhuaman, Qenqo, Puca Pucara, Písaq, Urubamba e Ollantaytambo, onde pudemos observar toda a magia Inca e conhecer um pouquinho do seu império e da devastação espanhola.

Na segunda semana partimos para o nosso grande objetivo. Caminhar 45 kms por uma trilha feita pelos Incas, através de vales e montanhas e chegar a cidade sagrada de Machupicchu. Não se pode mais fazer esta caminhada, sem que se contate uma agência de turismo credenciada, em Cuzco, ( pois o Governo do Peru não permite a entrada se não for desta forma ) onde a agência agrupa entre 12 e 16 pessoas, a um custo que varia entre 160 e 240 dólares, tendo direito a comida e a barraca, que são levadas pelos porteros ( uma espécie de sherpa tupiniquim ) e um guia de turismo excursionista.

Começamos a caminhada no kilometro 82, no Vale Sagrado, a uma altitude de 2450 mts por volta das 14,30 hrs e neste primeiro dia caminhamos ate às 18 horas, onde acampamos a 3000 mts, na localidade de Wayllabamba. Neste dia aprendi que eu não poderia ir no passo dos jovens, pois os meus 59 anos pesava quando tentava acompanhar a galera. Esta galera era internacional, pois tinha quatro ingleses, quatro canadenses, dois belgas, dois italianos, um theco e nós dois. Esta pequena torre de Babel era dividida em seis moças, oito rapazes e um "meio-velho".

No segundo dia, o mais forte, acordamos cedo e partimos para a luta. Logo no inicio o nosso guia, com um tubo de oxigênio na mão, nos colocou a par dos problemas que poderíamos ter, devido a grande variação de altitude e da forte inclinação da caminhada.

# **Dos anos 60 aos 60 anos ,**

## **uma Aventura nas montanhas do Peru**

Antes de relatar esta pequena aventura, gostaria de me identificar. Meu nome é Carlos Alberto Carrozzino, sócio proprietário e ex-guia montanhista do CERJ, onde nas décadas de 60 e 70 participei de várias escaladas e conquistas, sendo as principais, a conquista da Sede Própria e da Chaminé Pellegrini.

Em julho deste ano participei de uma excursão com o meu filho, Paulo Henrique, para a Bolívia e o Peru, tendo como alvo principal o Caminho dos Incas.

Na chegada em La Paz, devido a altitude (4000 mts), fiquei com muita dor de cabeça, sem apetite e com um mal estar generalizado, durante os três primeiros dias.

De La Paz, fomos para Copacabana, as margens do Lago Titicaca, onde fizemos algumas caminhadas e conhecemos as ilhas do Sol e da Lua. Quem ainda não teve oportunidade de conhecer este maravilhoso lago, que fica numa altitude de 3800 mts, tem que fazer um esforço para conhece-lo, pois é simplesmente maravilhoso, deslumbrante.

Do lago, viajamos para Cuzco, no Peru, utilizando dos transportes "caseiros", para não perder o espírito excursionista, economizar alguma grana e conhecer o povo mais de perto. Alias, um povo espetacular. Carinhoso e muito atencioso com todos que desejam algo deles. Estão sempre dispostos a ajudar ou simplesmente conversar.

Como a excursão não podia passar de duas semanas, reservamos a primeira para conhecer a Bolívia e as ruínas Incas que estão localizadas nas periferias de Cuzco (centro da civilização Inca) e no Vale Sagrado. Visitamos Saqsayhuaman, Qenqo, Puca Pucara, Písaq, Urubamba e Ollantaytambo, onde pudemos observar toda a magia Inca e conhecer um pouquinho do seu império e da devastação espanhola.

Na segunda semana partimos para o nosso grande objetivo. Caminhar 45 kms por uma trilha feita pelos Incas, através de vales e montanhas e chegar a cidade sagrada de Machupicchu. Não se pode mais fazer esta caminhada, sem que se contate uma agência de turismo credenciada, em Cuzco, ( pois o Governo do Peru não permite a entrada se não for desta forma ) onde a agência agrupa entre 12 e 16 pessoas, a um custo que varia entre 160 e 240 dólares, tendo direito a comida e a barraca, que são levadas pelos porteros ( uma espécie de sherpa tupiniquim ) e um guia de turismo excursionista.

Começamos a caminhada no kilometro 82, no Vale Sagrado, a uma altitude de 2450 mts por volta das 14,30 hrs e neste primeiro dia caminhamos ate às 18 horas, onde acampamos a 3000 mts, na localidade de Wayllabamba. Neste dia aprendi que eu não poderia ir no passo dos jovens, pois os meus 59 anos pesava quando tentava acompanhar a galera. Esta galera era internacional, pois tinha quatro ingleses, quatro canadenses, dois belgas, dois italianos, um theco e nós dois. Esta pequena torre de Babel era dividida em seis moças, oito rapazes e um "meio-velho".

No segundo dia, o mais forte, acordamos cedo e partimos para a luta. Logo no inicio o nosso guia, com um tubo de oxigênio na mão, nos colocou a par dos problemas que poderíamos ter, devido a grande variação de altitude e da forte inclinação da caminhada.

O primeiro objetivo era chegarmos ao passo de Runkuracay que fica a 4200 mts, subindo por uma trilha pedregosa e com um lindo rio de degelo a nossa volta. Cada vez que olhava para cima, via os Andes por todos os lados, com seus cumes cobertos de neve, mas a maior dificuldade, quando me aproximei dos 4000 mts, era a falta do oxigênio que gerava cansaço e tonturas. Foi uma batalha vencida a cada metro.

Ao passarmos por este passo pegamos uma descida muito forte, que me levou de volta aos 3600 mts e uma segunda subida para atingir o segundo passo a 4000 mts.

O caminho continuava pedregoso e com muitos degraus. Visitamos algumas ruínas e após ultrapassar este segundo passo, descemos à 3650 mts até a localidade de Sayamarca, onde depois de 11 horas de caminhada, acampamos. O interessante é que nesta descida o clima e a vegetação muda totalmente, passando de semi árida para semi tropical, onde podemos observar pássaros, florestas e flores.

As noites foram muito bonitas pois a lua cheia imperava com todo o seu esplendor, nos fazendo felizes e contentes, contudo neste segundo dia, que sabíamos ser o mais difícil, foi mais especial. As noites eram frias, podendo chegar a seis graus negativos, porém a cama-saco deu conta do recado.

No terceiro dia, que foi o mais tranquilo, descemos quase que ininterruptamente, apreciando a mata e as ruínas que iam aparecendo pela nossa frente, tomando cuidado para não torcer muito o tornozelo, devido as irregularidades do caminho. Eu só torci cinco vezes. A tardinha chegamos no nosso objetivo, Winay Wayna, onde comemos, conhecemos pessoas de outros grupos e descansamos.

No quarto e último dia, acordamos as 4:30 hrs da manhã e depois de um magro café, partimos para o portal dos Incas, para vermos o sol nascer na cidade sagrada de Machupicchu. Foi uma visão deslumbrante, onde podíamos ver ao longe toda a cidade sendo aos poucos banhada pelo sol. Mais vinte minutos de caminhada e as 8 hrs chegávamos ao nosso destino.

Durante três horas passeamos com o nosso guia por aquela riqueza, recebendo uma verdadeira aula dos costumes desta civilização. Após, descemos para uma cidade próxima chamada Águas Calientes, onde descansamos e tomamos banho de piscina termal, antes de irmos para a cama (coisa que não víamos há 4 dias).

No outro dia, voltamos já sem o grupo, para Machupicchu (você paga 20 dólares para entrar e mais 10 dólares de ida e volta por um ônibus que sai de A. Calientes) onde escalamos o Whanapicchu. Esta montanha é aquela que aparece em todas as fotos tradicionais atrás da cidade sagrada.

Praticamente a nossa excursão se encerrou neste momento, pois de lá para frente começamos a fazer o caminho de volta. Águas Calientes-Cuzco-La Paz-Rio de Janeiro.

Finalizando, o que eu gostaria de mostrar nestas linhas é o quando agradeço de um dia ter me tornado excursionista, pois sem este espírito que carrego, jamais poderia programar uma excursão deste porte, me preparando e sentindo tudo que um ser humano mais tem nesta vida. O sentido nato do brilho da Natureza.

**“NUNCA COMETA O ENGANO DE ACHAR QUE JÁ VIU TUDO NESTA VIDA”**

Um abraço a todos e deixo o meu e-mail, para maiores explicações sobre esta excursão.

ccarrozzino@bol.com.br

OUTUBRO/2002



# Conquistas do CERJ

## década de 60 - parte 1

### PASSAGEM C. E. RAMOS

Localização – Olhos da Pedra da Gávea

Data – 10/01/1960

Conquistadores – Tarcy Fernandes da Silva, Nélon Bravin Teixeira, Guilherme Ribeiro de Menezes, Giuseppe Pellegrini e Rodolpho Kern

### PAREDÃO PEDRO CARAUTA

Localização – Irmão Menor do Leblon

Data – 09/10/1960

Conquistadores – Carlos Rodrigues Brandão, Moacir Mallemont, Waldemar Guimarães e Sérgio de Souza Bahia

### PEDRA DO CHARUTO E CATEDRAL DE SÃO PEDRO

Localização – Caeté (Minas Gerais)

Data – 14/11/1960

Conquistadores – Guilherme Ribeiro de Menezes, Harald Friedrich e Divaldo Augusto Amorim

### PAREDÃO BADEN POWELL

Localização – Irmão Maior do Leblon

Data – 11/12/1960

Conquistadores – Moacyr Mallemont, Carlos Rodrigues Brandão, Waldemar Guimarães, Harald Friedrich, Guilherme Ribeiro de Menezes, Sérgio de Souza Bahia, Cláudio Leuzinger, Giuseppe Pellegrini e Gustavo B. Montenegro

### AGULHINHA BONATTI

Localização – Papudo (P.N. Serra dos Órgãos)

Data – 13/04/1963

Conquistadores – Etzel Von Stockert, José Bezerra Garrido, Paulo Cezar Conceição, Paulo Caminha e Vercely Gonçalves

### DEDO DE DEUS – FACE SUL

Localização – Dedo de Deus (P. N. Serra dos Órgãos)

Data – 29/09/1963

Conquistadores – Etzel Ritter Von Stockert, Cladio Vieira de Castro

### PAREDÃO PARAGUAIO

Localização – Pedra da Cruz (P. N. Serra dos Órgãos)

Data – 11/10/1963

Conquistadores – Waldemar Guimarães, José Roberto Costa, Rosa Virgínia P. Sampaio e Luiz Fernando Novaes

### CHAMINÉ IDALÍCIO

Localização – Prateleiras na face oeste (P. N. Itatiaia)

Data – 03/05/1964

Conquistadores - Giuseppe Pellegrini, Etzel Ritter Von Stockert, Paulo Boaventura Netto, Haroldo Sprenger, Marco Antonio V. Cabral e Axel Huelsmeyer

### PAREDÃO DA SAUDADE

Localização – Pedra do Retiro (Petrópolis)

Data – 18/10/1964

Conquistadores – Francisco de Barros Filho, Carlos Marques Ramos de Figueiredo, Massaro Izawa e Amilcar Saide Ramos

### PICO DO DEDO

Localização – Nova Venécia (Espírito Santo)

Data – 20/01/1965

Conquistadores – Etzel Ritter Von Stockert, Cláudio Vieira de Castro e José Luiz Barbosa da Silva

### PAREDÃO IV CENTENÁRIO

Localização – Morro da Babilônia (Rio de Janeiro)

Data – 04/04/1965

Conquistadores – Giuseppe Pellegrini, Carlos Alberto Carrozzino, Reinaldo Pires Ferreira, Cláudio Vieira de Castro, Nelson Bravin Ferreira, Ronaldo Wegner, José Luiz Barbosa da Silva, Etzel Ritter Von Stockert, Paulo Boaventura Netto

### PAREDÃO GURILANDIA

Localização – Morro Dona Marta (Rio de Janeiro)

Data – 23/05/1965

Conquistadores – Giuseppe Pellegrini, Carlos Alberto Carrozzino, José Luis Barbosa da Silva, Reinaldo Benkhen, Paulo Boaventura Netto.

### CIRCUITO CERJ

Localização – P. N. Itatiaia

Data – 12/06/1965

Conquistadores – Raimundo Luiz Minchetti, Alice Fernandes, Salomyth Fernandes, Eduardo Moreira Gomes.

### CHAMINÉ 14 DE JULHO

Localização – Pontão Norte das Agulhas Negras (P. N. Itatiaia)

Data – 14/07/1965

Conquistadores – Raimundo Luiz Minchetti, Alice Fernandes, Salomyth Fernandes, Eduardo Moreira Gomes.

### CHAMINÉ GIUSEPPE PELLEGRINI

Localização – Pico Menor de Friburgo (Salinas)

Data – 13/07/1965

Conquistadores – Alfredo Jakubwsky, Antonio Carlos da Costa e Silva, Carlos Alberto Carrozzino, Cláudio Vieira de Castro, Francisco de Barros Filho, José Luiz Barbosa da Silva, Reinaldo Pires Ferreira, Ronaldo Wegner, Walter Walsch Monteiro.

# Caius rolando da rocha

Bruno "Cauby" manada para Adriana, após uma jogada de mestre num jogo de cartas:

"Pô Adriana, estou impressionado com a nossa FODEZA..."

Paula do CBM 2002 / 1 desabafando após a aula teórica de nós com o Júlio:

"Poxa era tanto NÓ pra aprender que acabou dando um NÓ na minha cabeça..."



Muniz dando aula de técnicas de caminhada para o CBM 2002 / 2 solta:

"Eu não uso O MEU celular nas caminhadas porque não tenho .."

Adriana implorando para Guiar o Ronaldo:

"Pô Ronaldo, preciso escalar com alguém que tenha SACO !!! ( pra me aturar , claro !!!!!)"

**A MAIOR E MAIS EQUIPADA LOJA DE ESPORTES DE AVENTURA DO RIO DE JANEIRO**

**Sub&Sub**  
esportes de Aventura

(21) 2509-1176  
(21) 2221-2776

[www.subsub.com.br](http://www.subsub.com.br)

Rua da Alfândega, 98 - sobrelajeira  
(em cima da Autorizada Motorola)  
Centro - Rio de Janeiro - RJ

**MERGULHO CAÇA SUB FOTO SUB NATAÇÃO MONTANHISMO CAMPING ESCALADA RAPPEL ESPELEO**

# Aniversariantes de Outubro!

- 1 - EDUARDO MARCEL RIBEIRO
- 2 - FABIO DANILO DE OLIVEIRA DEMUTI  
JOAO PAULO PONTES FORTES
- 4 - FRANCISCO DE BARROS FILHO
- 6 - MONICA MARIA DO NASCIMENTO
- 9 - ARNALDO MENEZES DE SOUZA
- 10 - ROSA DANIELA PEIXOTO MONTEIRO
- 11 - MARINA TEIXEIRA DE MELLO
- 10 - JULIA MEDICI POUBEL
- 2 - MARCIA FATIMA DO NASCIMENTO  
MOURA
- 3 - CLAUDIA AUGUSTA MORAES RUSSO  
GUILHERME RIBEIRO DE MENEZES
- 6 - BRUNO AZEVEDO LEMOS MORAES
- 8 - PAULO CESAR C. A. MACHADO
- 9 - PAULO DE PAULA BARROSO
- 10 - RAQUEL DE OLIVEIRA DE CASTRO  
RITA DE CASSIA M. MONTEZUMA
- 11 - FERNANDO ANTAS FERNANDES  
RAIMUNDO LUIZ MINCHETTI

## Produtos Equinox DIGRATIS



### Promoção

### Parceiros de Aventura

Porque parceiro de verdade não  
deixa seu amigo na mão.

Para mais detalhes vá até a  
loja, telefone ou visite  
nosso site.

r. Buenos Aires, 41 / 2º andar  
tel. 2223 1573  
[www.equinox.esp.br](http://www.equinox.esp.br)



**Equinox**

# DESTINATÁRIO

RENATO JOSE SOBRAL PINTO  
R. Santos Moreira, 64 / A - casa 7  
SANTA ROSA  
24241-080 NITEROI (RJ)

IMPRESSO

## Programação de outubro

Data	Atividade	Local	Tipo	Responsável
02/out	Início CBM2 / 2002	Sede do CERJ	Apresentação do CBM	DT
05/out	Circuito PNT (1 aula do CBM)	PNT	Caminhada semi-pesada	DT
06/out	Pedra Rosilha (via cume do Nogueira)	PEPB	Caminhada leve	Ezequiel - CEL
13/out	Travessia da Neblina	PARNASO	Caminhada pesada escalada de 1 grau	Ronaldo
24/out	Aniversariantes outubro	Sede do CERJ	social	Sílvia
26 e 27/out	Travessia Alto do Vieira - Salinas	Salinas	caminhada pesada	Wal
26/out	13 Picos	PNT	Caminhada pesada	JP

### CENTRO EXCURSIONISTA RIO DE JANEIRO

Fundado em 20 de janeiro de 1939

Reconhecido de utilidade pública estadual pela lei 640 de 17/11/64  
(D.O.01/12/64)

SEDE PRÓPRIA: Av. Rio Branco, 277 / 805 - Edifício São Borja  
20047-900 Rio de Janeiro (RJ) BRASIL

TELEFONE: 0XX21-2220.3548

PÁGINA NA INTERNET: <http://www.cerj.org.br>

EMAIL: [cerj@cerj.org.br](mailto:cerj@cerj.org.br)

REUNIÕES SOCIAIS: quintas-feiras à partir das 20:00 horas