



Fundado em 8 de Junho de 1978

ESCALADA

CLUBE PARANAENSE DE MONTANHISMO - Associação Civil de Utilidade Pública Lei Estadual 7.895 de 06.08.84

SEDE SOCIAL: RUA DEZ. ESTPHALEN, 15 - 16º ANDAR - CEP 80.000 - CURITIBA - PARANÁ

CGCMF Nº 79.747.432/0001-00 - REUNIÃO SOCIAL: QUARTAS-FEIRAS A PARTIR DAS 20:00h

BOLETIM INFORMATIVO BIMESTRAL Nº 15 - JAN/FEV/MAR/88

EDITORIAL

Prezados Associados:

Como é do conhecimento de todos, este é o último editorial que tenho o prazer de escrever frente a Diretoria do Clube Paranaense de Montanhismo, pois no próximo dia 6 de abril do corrente teremos eleições que escolherá os novos gestores do Clube. Espero que todos encontrem muita disposição para prosseguir na batalha pelo montanhismo.

Para aqueles que vão responder pela Direção do Clube espero que encontrem o mesmo apoio e colaboração que tive para levar avante a atual gestão. Foram dois anos de muita dedicação e trabalho, onde desenvolvemos bem diversificadas, como as de cunho técnico, preservacionista, além de resolução de inúmeros problemas de ordem administrativa. Para quem tiver qualquer dúvida, deixamos um relatório suscinto de todo trabalho desenvolvido, e que poderá servir de apoio ou apenas para consulta aos interessados.

Para aqueles que deixaram seus afazeres pessoais para dedicar-se aos altos ideais que nortearam nossa gestão, deixo aqui meu muito obrigado, sem vocês não teria sido possível levar o trabalho avante. Saibam que sentirei muita falta dos momentos que juntos trabalhamos, muitas vezes em detrimento de nossos interesses pessoais.

Por outro lado, preciso dizer que me sinto aliviado em deixar o cargo, pois durante estes dois anos de gestão fomos submetidos a desgastes enormes, que só quem participou ativamente de nosso trabalho, pode avaliar. Trabalho, é preciso dizer nem sempre reconhecido pelos associados.

Sinto-me feliz por ter deixado o Clube melhor do que recebi por ter sido útil ao montanhismo, por ter defendido as causas ambientais e a natureza. Sinto-me feliz pelos amigos, pois a amizade é um dos diamantes mais preciosos que possuímos, e peço minhas desculpas se em algum momento extrapolei-me ou fui austero com os amigos. Se isto aconteceu é porque estava defendendo os interesses do CPM acima de tudo e de todos.

Quero aqui registrar meus agradecimentos ao Instituto de Terras, Cartografia e Florestas, ao Grupo de Busca e Salvamento do Corpo de Bombeiros, a Rede Ferroviária Federal e ao Batalhão de Polícia Florestal, que sempre apoiaram e colaboraram em todas as atividades e eventos promovidos pelo CPM. Sempre que batemos em suas portas para solicitar auxílio, fomos prontamente atendidos.

Quanto a evolução da luta pela natureza, infelizmente vivemos em um país onde as pessoas que detêm o poder, ainda usam de arbitrariedade e colocam sua ganância e interesses particulares acima dos interesses coletivos e da preservação da natureza. Para estes vale a pena registrar que, assim como comercializam nosso futuro, estão assinando suas próprias sentenças. Não haverá futuro, se estas pessoas não se conscientizarem de que com a natureza não existe comércio, negociata, lucro, ou poder político que a compre ou a corrompa. Cada agressão a natureza nos será devolvida em dobro aqui mesmo. Colhemos o que plantamos, e a natureza não é exceção. Por isso lutamos durante nossa gestão em sensibilizar os jovens a questão ecológica.

Deixo o cargo com a certeza do dever cumprido, pois conseguimos nestes dois anos reunir em nossas montanhas e em nosso convívio social pessoas que diferem em muitos pontos, que se antagonizam em opiniões, mas que têm pelo montanhismo e o amor a natureza como causa comum.

Quero deixar expresso aqui meu agradecimento a você que anonimamente me auxiliou e me deu força, naqueles momentos que dava vontade de jogar tudo para o alto, juntar os trapos e ir embora. Obrigado minha amiga, por ter me apoiado.

Agora estou um pouco mais livre, para ir por outros caminhos com a certeza que atrás de mim, ficou um rastro de amor, pela natureza e pelo montanhismo.

Triste estou, pois embora cansado de gerir o C.P.M., sinto um vazio difícil de explicar, igual ao dia em que o Kavinha nos deixou, algo que nos toca profundamente e não pode ser partilhado.

E isso aí rapaziada, boa sorte na temporada que se inicia.

Amo a todos.

Antonio Carlos S. Moreira
Presidente do C.P.M.

PARANAENSES RETORNAM DO ACONCÁGUA



Uma equipe de 7 paranaenses retornou a Curitiba, depois de lograrem êxito na ascensão do Cerro Aconcágua, com 6.969m., na Cordilheira dos Andes, na Argentina.

A equipe era constituída por: Andre Zippin (22 anos), Dálcio Zipping Filho (47 anos), Denis Renaux (20 anos), Lúcio Flávio de Almeida (27 anos), Sérgio Klos (40 anos), Tiaraju Mesquita Fialho (23 anos) e Waldemar Niclevicz (25anos).

O roteiro iniciou-se em Mendoza, donde o grupo se dirigiu a Puente del Inca. Este vilarejo, a 170 km de Mendoza, possui um hotel, uma base do exército e o "Cemitério de los Vencidos", onde estão sepultados os montanhistas que não obtiveram sucesso na ascensão do Aconcágua. Puente del Inca dista 38 km. da base da montanha. Daí parte-se a pé até um local denominado Confluência (a 12 km), que vem a ser o encontro do Rio Horcones Superior com o Inferior, onde dormiu-se uma noite.

O objetivo seguinte era atingir o acampamento base da montanha, denominado "Plaza de Mulas", que dista 26 km. de Confluência. Este nome é devido aos animais que concomitantemente auxiliam no transporte dos 45 kg. de equipamento de cada participante. (sendo que 15 kg. eram alimentos fornecidos pela Nutritional).

Em Plaza de Mulas (4230m) já se sente os efeitos do mal de montanha ou "puna", como o chamam os argentinos. Aí o grupo permaneceu 6 noites, pois as condições climáticas não eram favoráveis e todos tinham de realizar diversas atividades para se aclimatar. Aqui uma temperatura de 15° negativos já era comum.

De Plaza de Mulas o grupo partiu para "Nido de los Condores", a 5.400m, onde dormiram duas noites. Aí o grupo se dividiu: Dálcio e Sérgio retornaram a Plaza de Mulas, com princípio de congelamento, Waldemar partiu para o cume em solitário, e Denis, Andrea, Lúcio e Tiaraju aguardaram mais uma noite.

O próximo objetivo foi alcançar os refúgios Berlim-Plantamura, a 6000m. Alcançados estes, receberam a notícia de que Waldemar havia chegado ao cume em 18/2. Os quatro participantes restantes partiram para o objetivo final dia 20/2, às 7.00 horas. Às 14.00, a 6.700m, Tiaraju e Lúcio retornaram, pois não se sentiram bem: e havia uma tempestade se aproximando no local denominado Canaleta. Este local apresenta uma dificuldade muito grande, pois para se caminhar 300m, são necessárias 3 horas, exigindo muita paciência. Andrea e Denis chegaram ao cume às 16.00 horas, após muito esforço que os montanhistas dispendem para atingir o topo, pois a esta altitude não se consegue uma alimentação adequada e o corpo não mais se recupera da fadiga. Quando se chega ao cume, chora-se de alegria e satisfação e permanece-se lá o tempo necessário para tirar algumas fotos, pois o congelamento é um fantasma que os persegue. A emoção de chegar ao teto das Américas é uma experiência para poucos e que sem dúvida marcou a vida de todos do grupo. Apesar do esforço, esgotamento, ventos de 150 km/h, temperaturas de 30° negativos e menos da metade do oxigênio no ar, valeu a pena. Curitiba, 3 de março de 1988 Denis Renaux



Cume do Aconcágua

Foto-Denis Renaux

LIXO O ETERNO PROBLEMA

O problema de poluição nos locais de camping, parques, praias e lugares públicos, vem se agravando devido ao grande número de pessoas que procuram fugir do stress nas cidades grandes.

Mas parece que essas pessoas não compreendem que são ao mesmo tempo bandido e vítima. Bandido, porque são elas que poluem, jogando pequenos e médios detritos como laminados de chocolates, copos de iogurte, pacote plástico de salgadinho, garrafas de refrigerantes e o significativo papel de bala. Vítima, pois são elas que geralmente voltam a acampar e defrontam com o espaço natural todo degradado pelo lixo.

Alguns grupos organizados, que tem como atividade principal o acampamento para confraternização de seus membros, enterram tudo que sobram deste.

Há um porém; o plástico, o vidro, não se deterioram quando enterrados, pois são produtos, no caso do vidro, resistente ao tempo e do plástico, arriscaria dizer, eterno e para que deixem de existir devem ser colocados em fornalhas a altíssima temperatura.

As latas onde são colocados os alimentos para resistirem a um longo período (enlatados), são revestidos pelo lado de dentro com uma película para que não haja oxidação do material com o alimento.

Conclusão, essas latas oxidam por fora, mas não por dentro, ficando por um longo tempo poluindo.

O lixo orgânico como frutas, verduras, legumes e restos de alimentos, se deterioram quando enterrados, servindo até de adubo para terra, mas alguns indivíduos insistem em deixá-los ao relento. As famosas cascas de laranja, que são biodegradáveis, quando jogadas, secam mas não deixam de poluir, pois desidratada, ficam mais difícil a terra consumi-la. E tem o lado estético, só porque o material é biodegradável, não polui? Lógico que polui, pois num acampamento onde cinquenta pessoas deixam ao relento lixo orgânico, haverá um mal cheiro e sem contar como será desagradável andar escorregando em detritos podres.

Concluindo o assunto de enterrar. O lixo orgânico deve ser enterrado, mas não dentro de sacos de lixo e o lixo inorgânico (latas, plásticos, vidros), devem ser recolhidos, pois se um grupo numeroso enterrar seu lixo toda vez que for acampar no mesmo lugar, um dia em vez de enterrar, acabarão desenterrando lixo de acampamentos anteriores.

A melhor solução seria direcionar esse lixo para lugares próprios, como as lixeiras públicas, trazendo o mesmo do acampamento para a cidade e depositá-lo nas lixeiras para que seja coletado. E não é difícil, pois se foram levadas, latas, garrafas e sacos plásticos cheios que eram mais pesados, por que não trazê-los vazios?

Isso não é demagogia, pois se for evitado que cinquenta pessoas joguem um único papelzinho de bala no chão, serão cinquenta papezinhos a menos que irão poluir e se essas pessoas se conscientizarem que, se elas jogam qualquer coisa, independente de tamanho ou quantidade, elas não poderão criticar pessoas que agem da mesma maneira.

É muito fácil criticar os órgãos responsáveis pela manutenção e vigilância de parques nacionais, áreas de camping ou até mesmo praças e parques da cidade, pela ineficiência e pelo estado degradado em que se encontram. Mas sim, devemos pensar que tudo isso é patrimônio público e que temos o direito de usar e a obrigação de mantê-los. Ajudando esses órgãos na fiscalização, denunciando agressões aos patrimônios, com muita calma e respeito, explicar o valor e o porque de preservar, aos indivíduos não conscientizados. É necessário que as pessoas se auto eduquem, chamando a atenção de si mesmas para evitar significantes papéis de bala no chão e refletir o porque é necessário preservar.

ROSSANA DE ALMEIDA REIS



As vezes entre os detritos encontram-se objetos, os mais exóticos possíveis.

COMO VENCER A FADIGA



Musculação, trabalho necessário aos montanhistas.

É importante ao atleta é o conhecimento de seu corpo, e saber quais músculos estão sendo solicitados e quais músculos secundários poderão substituí-los, quando os principais estiverem fatigados.

Na verdade o organismo tenta usar os meios de que pode dispor para manter suas funções. Eis alguns exemplos de como os secundários agem como primários:

CABEÇA: O músculo que realiza o movimento de rotação lateral para a direita ou esquerda, flexão ou extensão da cabeça é o TRAPÉZIO, porém quando o mesmo está fatigado os secundários auxiliam no movimento são: ESTERNO CLEI-DO-MASTOIDEO, SUB-CLÁVIO, ELEVADA, ESCÁPU-LA.

OMBRO: O músculo principal é o DELTÓIDE, porém os músculos que auxiliam em caso de fadiga é o SUPRA ESPINHAL, INFRA ESPINHAL E ROMBÓIDE. É muito comum ocorrer fadiga do DELTÓIDE quando o alpinista fica muito tempo suspenso numa parede com ou sem uso de corda.

BRAÇO E ANTE BRAÇO: O músculo responsável pelo movimento de extensão do braço é o TRICEPS, muito usado em escaladas com uso de cordas. No momento de sua fadiga entra em ação o SUPINADOR PRONADOR, REDONDO E QUADRADO FLEXORES DO CARPO E EXTENSORES DO CARPO.

COSTAS: GRANDE DORSAL, é o músculo principal, porém quando este fadiga como num exercício de flexão de braço em barras fixas, os músculos que suprirão a sua necessidade serão o SERRATIL, ANTERIOR E POSTERIOR, REDONDO MAIOR E MENOR.

PERNA: TRICEPS SURDL (PANTURRILHA) é o músculo principal. Sendo muito usado para ascensões, como subir morros; entrando em fadiga os músculos que complementam seu trabalho são o TIBIAL ANTERIOR, EXTENSOR LONGO DOS DEDOS, RETINÁCULOS SUPERIOR DOS EXTENSORES.

CONCLUSÃO: O importante no alpinismo não é o atleta ter um corpo bonito e bem delineado e sim possuir um bom trabalho de força e resistência tanto dos músculos primário como secundários. Somente com auxílio da musculação (Orientada por profissional qualificado) poderemos realizar este trabalho, onde é possível detectar os pontos negativos do atleta e corrigí-los com exercícios adequados.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA: Terapêutica por Exercícios (Basmajian).

Cinesiologia e Anatomia (Rush).

Fisioterapeuta CARLOS D.C. TOZO

Academia Força Máxima

Rua Júlia da Costa, 648 - Ctba. - Pr.

DESASTRE NO MARUMBI



A Estação do Marumbi por pouco não foi varrida do mapa.

O ano novo decididamente não começou bem para os montanhistas. Logo no início de janeiro mais precisamente no dia 15 de janeiro uma avalanche aconteceu no Marumbi, desfigurando radicalmente a Serra, deixando sequelas que o tempo dificilmente apagará.

Por motivos ainda desconhecidos, mas imagináveis, um pedaço de parede do Cume conhecido por Gigante se desprendeu e veio montanha abaixo, arrastando tudo que encontrava pelo caminho, deslocando pedras imensas e arrancando do chão, árvores centenárias.

As consequências foram tremenda para o sensível equilíbrio ecológico local. Mas felizmente não houve vítimas fatais, como em outros deslizamentos pelo país afora. No caso do Marumbi, apenas a flora e a fauna foram prejudicadas sensivelmente, além de estragos provocados nas estações da RFF/SA e na casa de dois montanhistas.

Uma destas casas, pertencente ao médico FERNANDO VEIGA RIBEIRO, foi totalmente destruída pela força das águas, com prejuízos totais. O pouco que restou da casa, foi levado por pessoas que se aproveitam da desgraça alheia e na ausência do proprietário saquearam o que puderam.

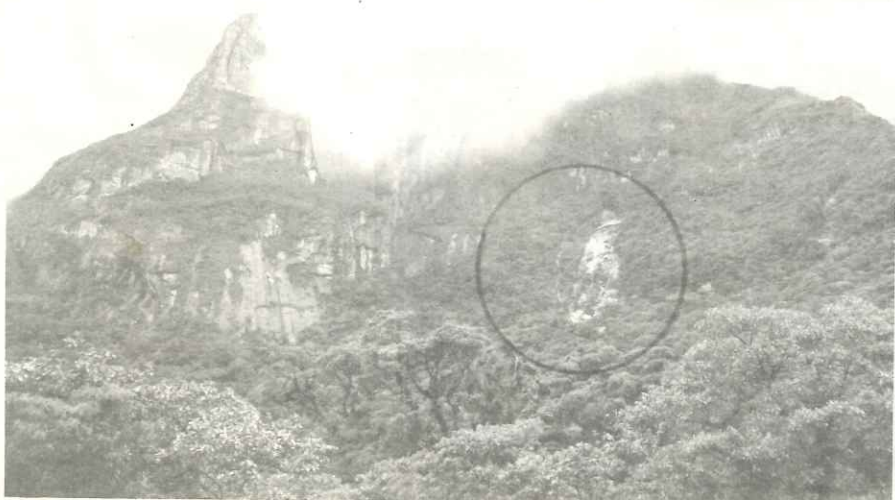
As trilhas do Marumbi, em vistória realizada no dia 15 de fevereiro por guias do corpo de guias do Clube Paranaense de Montanhismo, acompanhados por integrantes do Grupo de Busca e Salvamento do Corpo de Bombeiros do Paraná e por efeti-

vos do Batalhão de Polícia Florestal, constataram, que a maioria das vias estão praticáveis, desde que se tome os cautelas e atenção de estilo. A única via que foi interditada definitivamente foi a via conhecida como "Pau do Maneco" que leva ao Facãozinho, que teve sua entrada e saída fechada. Porém como esta via era utilizada apenas por montanhistas que conhecem muito bem a região, não haverá maiores transtornos, aos que desejarem excursionar ao Marumbi.

As locais onde a sinalização foi arrancada o CPM providenciou novos sinais, assim como solicitou ao ITCF uma corrente de 45 metros para ser utilizada na trilha do Abrolhos e Gigante, visando melhorar ainda mais, as condições de segurança destas vias.

O maior problema no Marumbi, sempre foi e continuará sendo, os excursionistas, que se aventuram montanha acima sem conhecerem a região, e acabam se perdendo no emaranhado de trilhas que cortam o Parque Marumbi. A estas pessoas do Clube avisa, o Marumbi apesar de ser um dos locais mais notáveis de nossa Serra, pode se tornar traiçoeiro para quem desconhece as peculiaridades locais. Por isso, se você pretende ir ao Marumbi, e não conhece a região, procure alguém que já conheça o local e que poderá orientá-lo numa ascensão.

(JOÃO CARLOS DE LIMA)
C.P.M.



No círculo parte que desbarrancou provocando o desastre ecológico no Marumbi

notas & notícias

MARUMBI
TROPHY

serra do mar

88



De 1º de Março a 15 de Abril

ESTÃO ABERTAS AS PRÉ-INScrições
PARA A MAIOR PROVA DO
MONTANHISMO BRASILEIRO.

A PRÉVIA SELETIVA DEVE-SE AO GRANDE NÚMERO DE CANDIDATOS, CLASSIFICANDO AS 150 MELHORES DUPLAS. MUITAS NOVIDADES PARA ESTE ANO, A PROVA ESTÁ MAIS LONGA E PESADA. PARTICIPE!

Já começaram os preparatórios para o Marumbi Trophy 88 que este ano será inteiramente patrocinado pela empresa MONT BLANC S/ C. O organizador da prova, Sr. Paulo Cesar de Azevedo (O Máfia) garante que este ano a prova será mais difícil do que os anos anteriores, e que muita gente vai ficar pelo caminho. O percurso, tempo de duração, condições e regulamentos ainda estão sendo estudados. A data provável para a realização da "maior prova do montanhismo brasileiro" será o mês de julho, durante o recesso escolar.

Louvável o trabalho que vêm sendo desenvolvido através do Departamento de Ecologia do C.P.M. sobre a coordenação da incansável montanhista Dione Correa, que todos os fins de semana destaca um grupo de montanhistas para realizar um trabalho de conscientização ecológica, dentro do trem que desce a Serra. Estes jovens, distribuem sacos plásticos de lixo e panfletos explicativos, alertando os excursionistas que estão cruzando uma das últimas reservas ecológicas de nosso Estado (A Serra do Mar) que está se transformando num imenso depósito de lixo, graças a ação destrutiva de excursionistas insensíveis com as causas ambientais. Além desta exposição didática-ecológica, os montanhistas rogam aos usuários do trem, para que não quebrem os vidros, não joguem lixo pela janela, não cortem os assentos, não riskem, não sujem os vagões que são bens públicos de uso e proveito de todos.

Recebemos o convite do Centro Excursionista Guanabara (CEG) para participar da abertura de temporada de montanha de escaladas do Rio de Janeiro, que se realizará no próximo dia 27 de março, no Morro da Babilônia, Urca. O CEG está pretendendo reunir montanhistas de diversos clubes e estados, para formar diversas cordadas no Morro da Babilônia, numa grande festa de confraternização. Af moçada do C.P.M. vamos apoiar a idéia dos amigos cariocas, quem desejar maiores informações sobre o evento entrar em contacto com o CEG - Rua Washington Luiz no. 9 - Cobertura - Centro - Rio de Janeiro - RJ).

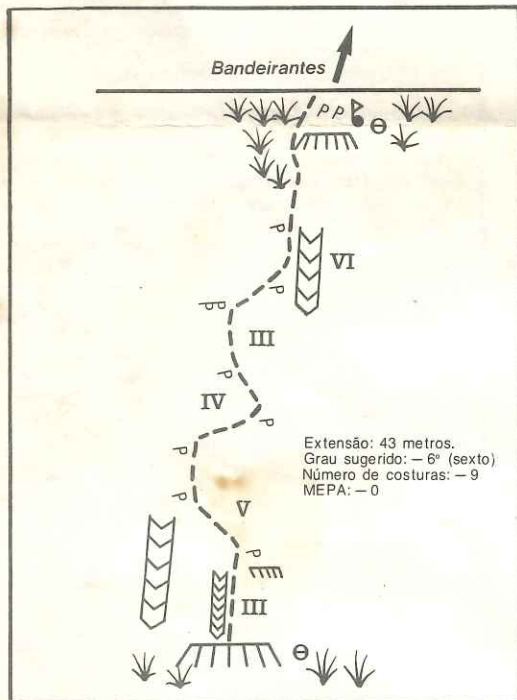
No último dia 27 de janeiro do corrente, faleceu o montanhista PAULO ROBERTO DE LIMA (O Paulinho Montanhês) que caiu de uma Cachoeira denominada Agua Branca no Município de Resende. Paulo Roberto de Lima, era guia de montanha e associado do Grupo Excursionistas Agulhas Negras, em Resende. Apesar de não termos tido o prazer de conhecer pessoalmente o Paulinho, certamente tínhamos o mesmo ideal, como a todos os montanhistas, o amor pelas montanhas e a luta tenaz, em favor da natureza. Queremos compartilhar com os amigos do Grupo Excursionistas Agulhas Negras, nossos sentimentos de tristeza e dor, pela perda irreparável de nosso irmão montanhista.

(João Carlos de Lima - secretário do C.P.M.)

VACA PRETA: NOVA ESCALADA



No fim do ano passado uma via foi conquistada no Marumby. Trata-se da "Vaca Preta" que foi iniciada pelo Celso (Kavinha) e o Paulo Cesar (Máfia). Está localizada próximo ao Parque do Lineu, logo abaixo da Bandeirantes. São 43 metros onde ocorrem lances de pequenas agarras e uma fenda de campo no final, com um lance muito aéreo. Foi cotada como 6° (sexto) a ser confirmado. Foi conquistado no último dia do ano após três dias de investidas com a participação dos montanhistas André (Manguaba) Granato, Antônio (Maninho) Moreira, Chikinho e Francisco (Chico) Cruz Neto.



EM DIA COM A TÉCNICA

E O CORREIO???

... Nos trouxe boas notícias do nosso amigo André Luiz de Lima (Minhoca), que apesar de estar enfrentando o rigoroso inverno americano, envia calorosos abraços a todos além de muitas dicas sobre o andamento do alpinismo naquele país. Recentemente participou de um encontro internacional de alpinismo juntamente com alpinistas de fama internacional onde foram debatidos vários assuntos tais como: evolução técnica, ética, etc. Promete nos trazer todas estas informações afim de que possamos estar em dia com a técnica... vamos aguardar!!!

E A TÉCNICA DO CACHORRO???

... Poucos conhecem mas trata-se do HANG DOG, para nós corda de cima, bate-se um grampo no final da escalada, ou costura-se a corda no último grampo da rota com segurança de baixo. Esta técnica vem sendo debatida mas muito utilizada por muitos alpinistas em vias técnicas ou atléticas e tem dado um bom resultado a nível de evolução... vamos lá cachorrada!!!

DEU LEITE...

... A investida no final do ano na escalada VACA PRETA, iniciada por nossos amigos PAULO CESAR DE AZEVEDO.(MAFIOSO) e CELSO ROBERTO KAVA (KAVINHA) falecido em NOV/86 e concluída pelos amigos CHIQUINHO, CHICAO e MANGUABA que decidiram conseguirem homenagear o KAVINHA concluindo sua conquista... presente de natal e anovo novo para todos nós!!! Parabéns.

SEGUNDAS INTENÇÕES...

... Indagado por um estranho com a seguinte pergunta: - O que é que vocês fazem lá no meio do mato??? Percebendo a malícia e a insinuação só tive uma resposta... O amor pelos homens e pela natureza não cabe no mundo dos medíocres que buscam a montanha com segundas ou terceiras intenções e são incapazes de captar o belo do nascer do sol e da lua, o rolar das águas, a harmonia da sinfonia dos bichos ou a imponência das montanhas...

VOCÊ ACHA QUE O CPM NÃO FAZ NADA???

... Acredita que tudo o que estamos fazendo está errado??? SAIU DO CLUBE PORQUE O CPM NÃO SERVE PRA NADA??? ENTÃO... EIS A SUA CHANCE... MESMO QUE VOCÊ SEJA UM INBECIL, DEBILÍDE OU ESPÉCIE DO GÊNERO... CANDIDATE-SE A PRESIDÊNCIA DO CLUBE PARANAENSE DE MONTANHISMO E VENHA FAZER ALGUMA COISA, NÃO FALE, ESTA É A SUA CHANCE. (JULIO CESAR NOGUEIRA DA LUZ)

ELEIÇÕES GERAIS

No próximo dia 6 de abril, todos os montanhistas têm um compromisso inadiável e intransferível, escolher a nova diretoria do C.P.M. Coloquem sua situação em dia junto a Tesouraria do C.P.M., pois só quem estiver em dia com suas obrigações sociais até o mês de março de 88, poderá exercer o direito de voto. Você também é responsável pelo futuro do C.P.M. Venha votar. Dia 6 de abril, das 20:00 às 22:00 horas.

BANHO PELADO TRAZ PROBLEMA...

Este negócio de ir as piscinas do Rio Taquaral (Marumby) sem casca (Como diz o Professor) principalmente aos sábados e domingos quando a Serra entope de excursionistas, está trazendo problemas contrangedores principalmente com o Batalhão de Polícia Florestal. Sabemos que este desprenhimento de costumes, é feito sem nenhuma malícia ou intenção de ferir suscetibilidade, porém existem certas normas de conduta social, que erradas ou não, devem ser respeitadas, mesmo em plena Serra do Mar. Porisso, para quem gosta de andar como Adão, tome o cuidado de escolher dia, hora e local compatíveis com esta prática, longe de bisbilhoteiros que movidos as vezes por um falso moralismo, provocam um verdadeiro carnaval ao se deparar com um "descascado". (JOAO CARLOS DE LIMA-CPM)

DESTAQUES DO MES

A diretoria do Clube Paranaense de Montanhismo, apresenta os novos sócios do Clube, que ingressaram no quadro de associados nos meses de dezembro/87, janeiro e fevereiro de 1988. Aos novos amigos nossas calorosas boas vindas.

Nelson Costa de Souza 11-11-87
 João Dionysio Classe 25-11-87
 Sandro Amaro do Nascimento 25-11-87
 Marcelo Adolfo Matthes 23-11-87
 Angelo Bortolotti Virtuoso 02-12-87
 Helmuth Vilibaldo Hoeller Junior 24-02-88
 Julio Cesar Pienta 24-02-88
 Luiz Carlos Silveira 09-03-88
 João Bastista Glacchin 09-03-88
 Maria Cristina Hartmann da Cruz 09-03-88
 Valadier Jean Charles 09-03-88

EXPEDIENTE

A ESCALADA - Boletim Interno bimestral de Informação do Clube Paranaense de Montanhismo, de distribuição gratuita.

Direção, Redação e Coordenação: João Carlos de Lima.

Diagramação e Arte: Nelson Schneck e Ricardo Osadczuk

Composição: Ismael Monteiro

Colaboradores: Antônio Carlos Schmal Moreira, Julio Cesar Nogueira da Luz, Chiquinho.

Impressão: Editora Posigraf Ltda.

Endereço para correspondência: Av. Luiz Xavier, nº 68, 7º andar - Conjunto 712 - telefone (041) 223-9271 - Caixa Postal 8537 - Curitiba - Paraná

Tiragem desta edição: 2.000 mil exemplares.

Patrocinadores: Mont Blanc Equipamentos.

DIRETORIA DO CLUBE PARANAENSE DE MONTANHISMO

Sede Social - Rua Dez. Westphalen, no. 15, 16º andar.

Curitiba - Paraná - CEP 80.00

CGC/MF no. 79.747.432/0001-00

Presidente: Antônio Carlos Schmal Moreira

Vice-Presidente: Julio Cesar Nogueira da Luz

Secretário-Geral: João Carlos de Lima

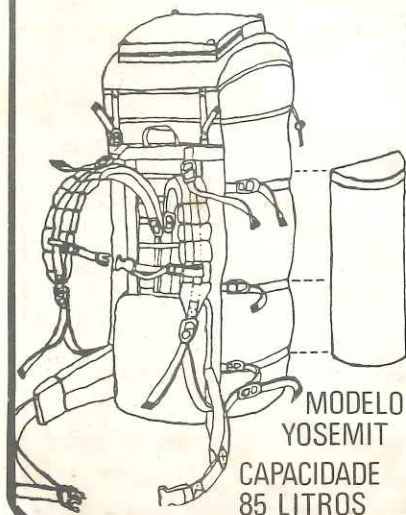
Tesoureiro: João Carlos de Lima

Diretor de Excursionismo: Nelson Pudles

Diretor Técnico: Francisco Cruz Neto

Departamento de Ecologia: Dione Correa

Relações Públicas: Amilton Magno Hoffmann da Rocha.



modelos exclusivos de mochilas e roupas especiais para esportes na natureza

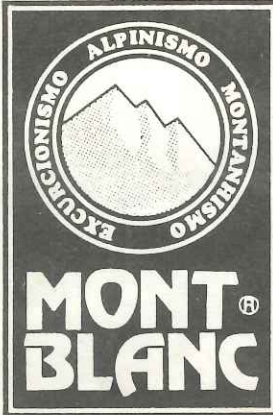
Rua 24 de Maio, 463

Fone: (041) 222-9508

Caixa Postal, 8534

CEP 80.230

CURITIBA - PARANÁ



EQUIPAMENTOS PARA MONTANHISMO E ALPINISMO