

# INFORMATIVO

# PAREDÃO



ELETRÔNICO

## Informativo Paredão



### Conselho Diretor da Associação Caxiense de Montanhismo

#### Gestão 2009/2011:

Presidente: **Ígor Tschoepke Goedel**  
Vice-Presidente: **Juliano Perozzo**  
Secretária: **Helena Ferrari Cogorni**  
Tesoureiro: **Lucas Hainzenreder Longhi**  
Diretor de Meio Ambiente: **Fabício Soga**  
Diretor de Escalada Esportiva: **Camila Pinheiro Schulze**  
Diretor Técnico: **Thomas Schulze**  
Conselho Fiscal: **Leonardo Esch, Alexandre Baldissera, Jean Ferrarese**

#### Objetivo

*Disseminar a informação referente a assuntos que envolvem a escalada e as atividades de montanha na região da serra e no estado aos sócios da ACM, praticantes do esporte e interessados.*

*Edição eletrônica.*

## Editorial:

**Editor responsável:** Mauro Cesar D Agostini

**Colaboradores:** Lucas Hainzenreder Longhi, Lisiane Pedroni

É permitida a reprodução deste informativo desde que citada a fonte.

## Cronograma de 2010 da ACM – Segundo Semestre

Data	Horário	Local	Atividade	Responsável
28/Nov dom	09:00 as 20:00 hrs	Centro de Treinamento Intensivo Jimerson Martta	Encontro de Encerramento de 2010	Mauro, Lucas, Jimerson
04/dez sábado	14- 17h	Gruta da 3 Légua	Auto-resgate em escalada (simulação braço quebrado após queda escalador e choque forte).	Área técnica da ACM, Juliano

### Fatos

No dia 09/09/2010 Jimerson Rangel Martta encadenou a via "Disciplina não ter, Jedi nunca será", na Gruta, via graduada em 11a. Marcos Vinícius Todero também "mandou" esta via.

## História do montanhismo em Caxias – parte II – (extraído do relato de Juliano Perozzo)

Em Caxias, além do Parque Cinqüentenário, no centro da cidade, com uma parede de basalto dinamitada, com até 15m de altura e muitas vias, o próximo local explorado foi a Gruta Nossa Senhora de Lourdes da 3ª- Léguas, ainda nos anos 89/90, com a via do Diedro, conquistada inicialmente até o platô por Adriano Giacomett (pinho), Paulo dos Reis,...??? e onde hoje é um dos principais centros de escalada esportiva do sul do país.

Em 1990/91; além da participação no Muro 90 graus em Curitiba, foi descoberto o Bordin/Gelain no vale do Rio das Antas, em Flores da Cunha e com o auxílio de escaladores de fora como Adriano (Floripa) e Elton Fagundes (Poa) nas vias: “Magos Mutantes”, 90m, VI sup e “Filhos de Golzer”, 15m, 7b, respectivamente.

### Sessão Feminina

## Travessia Terceira Léguas

### Relato da sócia da ACM Lisiane Pedroni

A travessia da Gruta da Terceira Léguas, que aconteceu no dia 07 de novembro iniciando na cachoeira da Gruta e finalizando antes do pedágio em Vila Cristina, foi uma experiência muito proveitosa. Eu nunca havia feito uma travessia antes e achei que foi muito legal. O pessoal que já havia feito, Paulo e Lucas, nos deram algumas dicas, e o Paulo me falou mais ou menos como seria, então já estava preparada para caminhar dentro da água e para fazer os dois rapéis necessários. Achei a caminhada um pouco longa,



confesso que pensei, que era um pouco mais perto (levamos 8,5 horas para completar). Cada um carregava uma mochila com roupas secas embaladas em sacos plásticos, chinelo, alimentos e água, além do material individual necessário ao rapel. A corda os homens se revezavam em carregar (ainda bem, porque ficou bem pesada depois que molhou). Tanto o rapel ao lado da cachoeira e a caminhada exigiram um pouco de atenção, porque era muito fácil de escorregar. Todos os participantes já sabiam fazer rapel, o que acredito que ajudou porque não foi preciso ficar explicando o funcionamento do equipamento e nem tivemos problemas nas duas descidas. Agradeço aos participantes da travessia pelo ótimo dia que passamos juntos. Valeu muito a experiência proporcionada, e o grupo todo está de parabéns pelo senso de equipe demonstrado durante toda a caminhada.



### Atividade

A escalada indoor com orientação pode ser praticada em dois locais em Caxias do Sul: no Centro de Treinamento Intensivo Jimerson Martta e na Academia Estica Vida. Hoje vou escrever sobre o Centro de Treinamento Intensivo Jimerson Martta, que se localiza na Rua Vicente Rovea, 810, no Bairro Cinqüentenário. O local é administrado pelo Jimerson, que escala há 21 anos, com algumas experiências fora do Brasil. O espaço atual está disponível a um ano e meio e foi elaborado após 14/15 anos de experiência em escalada esportiva. A experiência, dedicação e determinação do Jimerson permitiu a ele ser parte de um pequeno grupo, no Brasil a conseguir escalar uma via graduada em 11a. Jimerson declara que a escalada esportiva desenvolve a autoconfiança, melhora a coordenação motora, a concentração e o bem estar físico e mental. Para este desenvolvimento a escalada exige, disposição, descanso planejado, alimentação rica em frutas e verduras e bem estar geral. Segundo Jimerson as principais características pessoais para a pratica da escalada esportiva são o bom relacionamento com a natureza e com as pessoas, respeito, bom senso e confiança, uma vez que não se pratica este esporte sozinho. O Centro de Treinamento Intensivo Jimerson Martta está aberto de segundas a sexta- feiras das 17:00 as 21:00 horas, e quarta- feiras das 10:00 as 12:00 horas. Jimerson disponibiliza outros horários de acordo com a demanda. Aos sábados a escalada é na rocha.

## Segunda geração

A partir deste ano, pode-se encontrar nos pontos de escaladas e nos muros de treinamentos novos escaladores, que compõe a segunda geração dos praticantes deste esporte em Caxias. São eles Ariel Moretto Ribeiro e Tiago D'Agostini, com 15 e 16 anos respectivamente. A história deles se mistura com o incentivo dos pais (nem sempre das mães!) à descoberta pessoal do prazer deste esporte. Nem sempre o estilo de escalada deles segue a tendência dos pais, que eram mais voltados as escaladas tradicionais na região que envolviam a exploração dos locais e as dificuldades de aberturas de novas vias. Estes dois novos escaladores, a princípio, iniciaram suas atividades mais voltadas a escalada esportiva e indoor. Pessoalmente fico muito feliz em ver esta continuidade e, espero que eles possam trazer muita contribuição a escalada como um todo. Para os próximos informativos, buscarei informações diretas com eles sobre seus estilos, conquistas e objetivos. Mauro

## Competição

### Resultado do Conquista Open de Boulder

No dia 20 de novembro aconteceu o Conquista Open Boulder 2010, o qual contou com a presença de 75 atletas do PR, SC, RS, SP, RJ, ES e MG. Destes, foram 61 na categoria masculina e 14 na feminina! O evento teve ótima repercussão e participação, contando com um número expressivo de participantes de diversos estados e também do exterior. E esta era a intenção da Conquista, marca brasileira de equipamentos de montanhismo e escalada que comemorou seus 20 anos de existência: um evento bem organizado, com boas premiações, brindes para os atletas, um tratamento digno do esforço por eles realizados, pois todos treinam muito para estar no nível em que se encontram. E que fosse uma confraternização de todos que se afinizam com a filosofia da empresa. Então, para todos que estavam ansiosos, aí vai a classificação:

#### CAT. MASCULINA - FASE CLASSIFICATÓRIA

- 1 Jean Lages Ouriques MG 21390 Classificado
- 2 Felipe Gomes Camargo SP 21060 Classificado
- 3 André Berezoski Neto SP 20735 Classificado
- 4 Jonas Leffeck SC 18980 Classificado
- 5 Alexandre S.Rajagopalan SP 18695 Classificado
- 6 Andreas Pauli de Castro SC 18235 Classificado
- 7 Rafael S. Ferraz Passos DF 17125 Classificado
- 8 Pedro Ferreira Nicoloso RS 16780 Classificado
- 9 Jimerson Rangel Martta RS 16425 (APOIO DA ACM)**
- 10 Rafael T.Rodrigues SP 16100
- 11 André Sass Braga PR 14805
- 12 Rafael Pimenta Dávila MG 14795
- 13 João R.da C.Golçalves SP 14395
- 14 Naoki Arima ES 13955
- 15 Eleandro Pauli SC 13475
- 16 Bruno B. Milani RS 12870
- 17 Bryan Sweeney USA 10755
- 18 Lucas Rocha SP 10695
- 19 Erivan R. silva Junior PR 10610
- 20 Wagner J. Lara Oliveira PR 10330
- 21 Carlos Augusto Gouveia PR 9215
- 22 Fabiano Quadros PR 8990
- 23 Valdesir Machado PR 8985
- 24 Bruno A. Brunello SC 8800
- 25 Diogo Coelho ES 8655
- 26 Daniel Covatti PR 8620
- 27 Rodolfo E. Rockli Neto PR 8575
- 28 Fabio Luis B. Barros PR 8520
- 29 Ian Padilha PR 7810
- 30 Matheus Correa RS 7810 (APOIO DA ACM)**
- 31 Gabriel Jarrin Molin PR 7580
- 32 Rafael Scheffer SC 6560
- 33 Jaime Paba PR 6440
- 34 Wagner Pahl SP 5600
- 35 Rodrigo Hennings SC 5100
- 36 Leandro de Andrade PR 4345
- 37 Gustavo Yuri Miyakawa PR 4345
- 38 Victor Perez Bartaline PR 3455
- 39 Rodrigo de P.Ferreira PR 3455
- 40 Rafael Marcão PR 2640
- 41 André F. Rodrigues PR 2640
- 42 Guilherme de O. Meyer PR 2585
- 43 Lorenzo K. Follador PR 2495
- 44 Guilherme de M. Arjona PR 2370
- 45 Daniel Rocha Neto PR 2335
- 46 Raphael O. dos Santos PR 2035
- 47 Gabriel Reis Tropia MG 1980
- 48 Everson Purkot PR 715

- 49 Matheus M. Anastácio PR 680
- 50 Lucas L. T. Quintilham PR N
- 51 Bruno Calvetti PR N
- 52 Guilherme de O. Caetano PR N
- 53 Bruno Cruzeta PR N
- 54 Felipe Malucelli Salles PR N
- 55 Rafael Ribas PR N
- 56 Fabio Roncetti Pimenta PR N
- 57 Jonathan Boszczowski PR N
- 58 Cesar Ferreira PR N
- 59 Sandro Cesar Dal Magro RS N (APOIO DA ACM)**
- 60 João A. R. de Souza PR N
- 61 Wiliam Lacerda PR N

#### CAT. FEMININA - FASE CLASSIFICATÓRIA

- 1 Thais Makino Shiraiwa SP 9065 Classificado
  - 2 Anna Shaw SP 6685 Classificado
  - 3 Carin Marchiorato PR 6620 Classificado
  - 4 Marilene Lima C. de Almeida PR 6565 Classificado
  - 5 Ana Luisa Makino Shiraiwa SP 6565 Classificado
  - 6 Flora K. Zugaib PR 5735 Classificado
  - 7 Juliana Petters Melo SC 4440
  - 8 Paula Costa Manso SP 4225
  - 9 Thais Quacchia Miranda RJ 3535
  - 10 Daniele Andrade Santos SP 2545
  - 11 Beatriz Dormelles Mora PR 2545
  - 12 Sueli P. G. Machado PR 2215
  - 13 Raquel Machado PR 1415
  - 14 Sabrina Schmidt SP N
- \*N: não entregou a ficha de pontuação

#### FINAL - CAT. MASCULINA

- 1º Jean Lages Ouriques
- 2º Felipe Gomes Camargo
- 3º André Berezoski Neto
- 4º Rafael Silva Ferraz Passos
- 5º Pedro Nicoloso
- 6º Jonnas Leffeck
- 7º Andreas Castro
- 8º Alexandre Serrano

#### FINAL - CAT. FEMININA

- 1º Thais Makino Shiraiwa
- 2º Marilene Lima C. de Almeida
- 3º Flora K. Zugaib
- 4º Anna Shaw
- 5º Ana Luisa Makino Shiraiwa
- 6º Carin Marchiorato

**Parabéns aos atletas Jimerson Rangel Martta, Sandro Cesar Dal Magro e Matheus Correa que foram apoiados pela ACM.**

## Almoço de encerramento do ano de 2010

Foi realizada no dia 28 de novembro a festa de encerramento das atividades da ACM para o ano de 2010. O almoço contou com a presença de mais de 20 pessoas, sócios da ACM, alunos do Centro de Treinamento e simpatizantes. Enquanto o almoço não ficava pronto os participantes divertiam-se realizando uma disputa de Boulders, com brindes para os vencedores. Foram servidos pães, saladas, galeto e salsichão. Confira algumas fotos e até 2011.

