

*Edita: Club Montañeiros Celtas.  
Dirección: Xulio Troitiño Dapena*

*Coordinación: Xulio Troitiño Dapena - Deseño e maquetación: Enrique Soto  
Traducción: Xulio Troitiño - Normalización lingüística: Xulio Troitiño*

*Colaboran neste número: Maruxa Pérez, Xulio Troitiño, Diego Moreira, Emilio Ballester, Oscar Quiñones e as seccións deportivas do club.*

Club Montañeiros Celtas non comparte, necesariamente, as opinións dos seus colaboradores.  
Imprime: Garpe. Depósito Legal: VG:40-1998. Impreso en papel reciclado.

Subvencionado pola Presidencia da Xunta de Galicia. Secretaría Xeral de Política Lingüística.



**XUNTA DE GALICIA**  
PRESIDENCIA  
Secretaría Xeral de Política Lingüística



Colabora Concello de Vigo - Área de Participación Cidadá

**VINDEIRAS ACTIVIDADES**

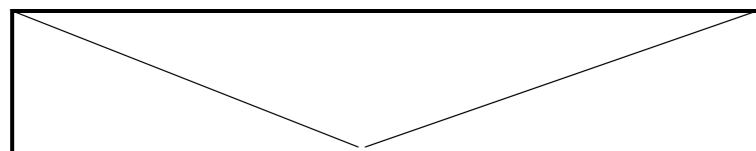
OUTUBRO				
	4	Ría de Vigo	Inmersión submarina dende a praia	S.D. Subacuáticas
	4-5	León	Peña Oubiña	S.D. Montaña
	12	Monçao	Bici: Ecovia Valença-Monçao	S.D. Infantil
	12	Lobios - Ourense	Bici de montaña pola Serra do Xurés	S.D. Bici de Montaña
	18-19		Curso de escalada en solitario	FGM-EGAM
	18-19		Curso de iniciación ás técnicas avanzadas de montañismo	FGM-EGAM
	19	Forcarei	I Xuntanza de Sendeiristas Galegos	FGM
	25-26		Campamento social de espeleoloxía	S.D. Espeleoloxía
	25-26		Curso de iniciación ás técnicas avanzadas de montañismo	FGM-EGAM

NOVEMBRO				
	1-2	León	Villalón	S.D. Montaña
	9	Redondela-Pontearreas	Bici de montaña polo camiño da Franqueira	S.D. Bici de Montaña
	8-9	Trevinca	Campamento de outono	S.D. Infantil
	15		Proba galega de escalada de dificultade	FGM-S.M. Ártabros
	15-16		Infantil-Baixo terra	S.D. Espeleoloxía
	16	Ourense	Marcha de outono	S.D. Montaña
	23	Illas Estelas	Inmersión submarina	S.D. Subacuáticas

**CLUB MONTAÑEIRO CELTAS**

- ♦ Avda. Camelias 78, Oficina K. 36211 - Vigo
- ♦ Apartado de Correos 1836. 36200 - Vigo
- ♦ Teléfono: 986 438 505 - Fax: 986 912 220
- ♦ Internet: [www.celtas.net](http://www.celtas.net)
- ♦ Correo electrónico: [info@celtas.net](mailto:info@celtas.net)
- ♦ Horario: 19.00 h - 21.30 h, de martes a venres



# CLUB MONTAÑEIRO CELTAS

Nº 94
SETEMBRO - OUTUBRO 2008
Editado 01/10/08

## ACTIVIDAD INFANTIL Campamento de outono: 8-9 novembro 2008 Pena Trevinca (Ourense)

**ANÍMATE A GOZAR DUN FIN DE SEMANA CHEO DE ACTIVIDADES E EXPERIENCIAS NOVAS E RODEADO DE NATUREZA!**



A sección de actividades infantiles do club de Montañeiros Celtas está traballando para organizar o tradicional campamento de outono, que este ano terá lugar os días 8 e 9 de novembro en Pena Trevinca, para o que contaremos coas instalacións do albergue de montaña da Folepa.

**PENSA NA NATUREZA!**  
Para axilizar a divulgación da información e para evitar tanto envío de cartas e folletos, a sección de actividades infantiles pidevos que nos mandedes os vosos correos electrónicos ou nolos deixedes anotados no club.  
Correo electrónico: [info@celtas.net](mailto:info@celtas.net)



Neste número:

Infantil	<b>1</b>
Axenda	<b>2</b>
Novas	<b>2</b>
Actividades da Zarrota	<b>2</b>
Bici de Montaña	<b>2</b>
Sendeirismo	<b>3</b>
Montañismo	<b>4</b>
Actividades Subacuáticas	<b>6</b>
Vindeiras Actividades	<b>8</b>



**Vindeiras actividades de infantil**  
12 - outubro : BICI - Ecovia Valença Monçao

## AXENDA

DATA	LUGAR	TIPO DE EVENTO	PONENTE
17 Octubre	Local social	Proxección de fotos da actividade de Pirineos de Agosto 2008	Antonio Alemparte
24 Octubre	Local social	Proxección de fotos de Groenlandia	Juan Benaches
14 Noviembre	Local social	Proxección de fotos do Sur da India	Carmen Fernández

## NOVAS

**Nota informativa:** Dende a actual directiva de montañeiros celtas estamos tratando de axilizar a divulgación da información das actividades do club, para o cal pretendemos que os socios que o desexen reciban o boletín por medio do correo electrónico e deixen de recibilo por correo tradicional, o que ademais redundaría no medio ambiente ao reducir o consumo de papel.

Aqueles que queirades recibir o boletín por correo e deixar de recibilo en papel tendes varias opcións:

- Enviar un correo electrónico a [info@celtas.net](mailto:info@celtas.net)
- Entrar na páxina web do club, na sección de suscripción de boletíns: [http://www.celtas.net/celtas1/www.terra.es/personal/m\\_celtas/index.html](http://www.celtas.net/celtas1/www.terra.es/personal/m_celtas/index.html)
- Ou notificalo nas oficinas do club.

## ACTIVIDADES DA ZARROTA

### LUNS MICOLÓXICOS:

do 29/8 ao 15/12 no local de Montañeiros Celtas (Rúa Camelias 78 oficina K).

### OUTUBRO:

Día 4 ás 9 da mañá saída cara a Lobios dende o Sanatorio Concheiro.

Días 18 e 19 quedamos de novo no Concheiro ás 9 da mañá para saír en dirección á zona de Sanabria e pasar alí a fin de semana. (1)

### NOVEMBRO:

Día 15 saída ás 9 h. do Sanatorio Concheiro en dirección a Ribas Altas.

Día 30 saída ás 10 h. cara á zona de Tomiño.

### DECEMBRO:

Día 14 Comida de confraternización no Refuxio de Montañeiros Celtas do Monte Aloia.

(1) Hostal "Los chanos" 25€ habitación individual e 42 € habitación dobre. Sanabria está a hora e media de Vigo, así que quen queira pode vir un día só.

### SEMANA MICOLÓXICA 4 ao 9 de novembro.

- Día 4: conferencia "ABC da micoloxía", por Alfonso Rey Pazos
- Día 5: conferencia "Xénero Macrolepiota", por José Mª Traba.
- Día 6: conferencia "Biodiversidade fúnxica: conservación, lexislación e listas vermellas", por Puri Lorenzo.
- Día 7: conferencia "Os cogomelos: un recurso do monte galego", por Antonio Rigueiro.
- Día 8:  
Mañá: saída micolóxica  
Tarde: apertura da exposición de cogomelos frescos, debuxos, fotografía, conservas.....
- Día 9: continuación da exposición, entrega de premios, clausura

## BICI DE MONTAÑA

### Bici de montaña pola Serra do Xurés (12/10/2008)

Despois do parón de actividades da sección de bicicleta, retomamos as actividades cunha saída pola Serra do Xurés. Esta serra é un espazo natural cun forte atractivo natural e paisaxístico que ademais conta cunha importante rede de camiños aptos para a práctica do deporte da bicicleta de montaña. A sección de bici de montaña proponvos para o 12 de

outubro unha saída por esta serra do sur de Ourense, para o cal nos desprazaremos ata Albite o sábado 11, para facer noite no refuxio de montaña da FGM, e así poder saírmos o domingo pola mañá cedo e aproveitar mellor o tempo para facer a saída durante toda a mañá e poder volver á tarde, despois de xantar, para a casa.

No mes de novembro, o domingo 9, tentaremos realizar o camiño da Franqueira dende Redondela. Este sendeiro ten un percorrido de preto de 50 km, pasando polos concellos de Pazos de Borbén e Mondariz, polo que é necesario invertir toda a mañá e parte do mediodía, polo que é recomendable levar comida para o camiño.

M á i s i n f o r m a c i ó n :  
[xulio\\_troitino@yahoo.es](mailto:xulio_troitino@yahoo.es).

Se enviades o voso correo poderedes recibir información en detalle das actividades que realiza a sección de bici de montaña.



## ACTIVIDADES SUBACUÁTICAS

Santa Uxía de Ribeira, con tempo para prepararnos, entregar toda a documentación e subir ao barco. Ímonos a Rúa, unha illa de grandes penedos máis afastada do aparente. achegando a Illa da Rúa, unha illa de grandes penedos máis afastada do aparente.

Tal como queríamos, mergullamos os 5 en grupo. Esta vez, Pablo sería o conductor; Queríamos probar esta nova táctica que saíu moi ben. Ben dirixidos e ben controlados. É o bo que ten coñecer aos compañeiros, mergullar con moita comodidade e seguridade. Arrincamos en conxunto con moi boa visibilidade gozando do diferente do entorno, con grandes penedos, pasos inferiores e cavidades que invitaban a ser visitadas. Avanzabamos a modo, tendo tempo para pararnos, gozar, sacar fotos, "meditar" e buscar algún que outro animalíño. Unha ruta en grao sumo agradable. Persoalmente o lugar encantoume e quedáronme con moitas ganas de volver para coñecelo máis detidamente.

A subida, como xa é habitual, a modo, con a boia de seguridade e aos poucos. Como colofón final desta inmersión e debido ao pouco peso da miña botella, decidín facer unha demostración da boa aplicación da charla Nº 4 "Que facer en caso de non poder manter a posición na parada de seguridade". Subimos ao barco, imos recollendo o

material e volvemos ao porto. Entre algo de picar e refrixerío divertímonos comentando algunhas situacións ocorridas. No noso regreso puidemos gozar da vista duns 6 arroaces en sentido contrario para saír da ría.

Unha vez finalizada a inmersión e tras unha posterior ducha, tomamos un bocado para iniciar o noso camiño de regreso. Óscar, sempre pensando nos demais, e sabendo que Silvia iría xusta de tempo na comida, tíñalle preparado un bocadillo sorpresa.

Á espera da última charla "control mental", despídome con dous pequenos consellos prácticos:

Consello nº 1 (para mergulladores): Se ao saír da inmersión queredes, por algunha razón, quitar a capucha do traxe de neopreno, é importante quitar antes as lentes ou aseguralas ao pescozo. Dígoo por experiencia propia e polas lentes novas que teño que comprar.

Consello nº 2 (xeral): Non é recomendable facer unha quedada na estación de San Simón (desde Vigo) para realizar calquera tipo de saída, se logo á hora de recoller os coches non queredes ter que ir ata Pontevedra de novo e volver, co que iso implica. Fallo técnico.

Un saúdo ¡!!!

Diego Moreira



Quixera dar a benvinda a Alberto Fontenla que tras pasar unha tempada en México por motivo de estudos, desexamos que volva retomar a sección de subacuáticas e a mollarse connosco

### Vindeiras actividades

Dende a sección estamos facendo esforzos para que proximamente se poida facer unha inmersión con botella saíndo dende praia, na que tamén se poidan apuntar os que desexen mergullar con tubo, o atractivo está no novidoso da actividade.

Máis información: [mergullo@celtas.net](mailto:mergullo@celtas.net)



## ACTIVIDADES SUBACUÁTICAS

### Mergullo na Furna de Santa Marta.

#### Darbo.Cangas do Morrazo Sábado 7 xuño 2008

Xa había gañas de mergullarse nesta zona, que sempre visitabamos para facer espéleo ou coa sección infantil. Así, con Ángel, do Ribeira Sacra, organizamos una saída para coñecer a zona marítima próxima e mesma, e despois, sen botellas nin chaleco, so con gafas e tubo, entrar na furna de Santa Marta e coñecerla uns, e experimentar novas sensacións outros.

O pasado 7 de xuño quedamos no náutico ás 10 horas. Preparación do equipo, charla do “boss” incluída, chegando á zona Santa Marta-Liméns e fondear fronte á furna ás 11,30 horas. Logo de facer os consabidos grupos debido ao número de participantes (Silvia, Carmen, Lucía, Celia, Diego, Emilio, Pablo e Óscar, do club; e Ángel, outros Diego e Emilio e Francisco que nos acompañaron.

Entramos ás 11,40 horas e mergullamos durante 64 minutos, cunha temperatura do mar de 14C a unha profundidade máxima de 9 metros. A zona de mergullo era preciosa, malia presenza de tanta alga bioinvasora. O

mar estaba a pedir de boca. Bichería relativamente abundante, observando algunha especie pouco frecuentes e curiosas.

Volta ao barco, coa “paradiña” para practicar, tomamos un breve descanso (comer e beber algo) e preparación para entrar na furna, quedando algún “por se lle pasaba algo ao barco, je je”.

A marea estaba moi baixa polo que a entrada na furna foi reptando sobre as grandes algas da súa boca, como si de un autentico comando nunha misión secreta trátase; eu coñecía ben a cova, pero ninguén dos outros sabían da súa singularidade, e puideron gozar da súa peculiaridade a pesar de non atopar nin serpes xigantes nin tesouros agochados da batalla de Rande, pero regresamos coa certeza de sentirnos privilexiados de ver os seu “encanto interior”

De volta en terra, como xa sabedes fixemos a obrigatoria descompresión no B.A.R do porto, aproveitando para comentar as anécdotas do día.

Deica outra compañeiros!!

Emilio Ballesteros y Óscar Quiñones

### Mergullo en Ribeira

#### 21 xuño 2008

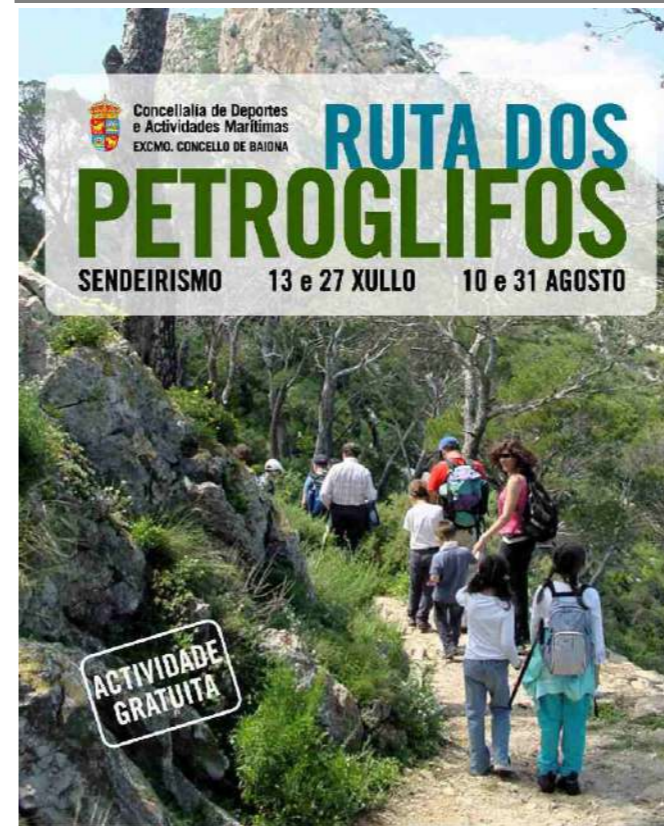
A xornada empeza na Estación de San Simón, a primeira logo de Rande. Alí, Carmen e eu xuntámonos con Óscar e Pablo que puntualmente xa nos estaban esperando. Deixamos os nosos coches e cargamos todo no, a partir de agora, “coche oficial”, o cal pilotado por Pablo tomou dirección Pontevedra para recoller á nosa 5º compañeira.

Silvia, algo desorientada a nivel temporal (véxase hora de quedada), non puido finalizar o seu bocadillo de luras.

É a partir de Pontevedra onde iniciamos ruta a Ribeira como grupo de 5 coa compañía da voz dunha moza que nos indicaba o camiño con máis ou menos fortuna. Durante o traxecto, tivemos tempo para ir coñecéndonos mellor, preparar a inmersión e contar anécdotas doutras xornadas. Sen demasiados problemas, chegamos ás 16:10 ao porto de



## SENDEIRISMO



SAÍDAS ÁS 10 H. DENDE A OFICINA DE TURISMO

INFORMACIÓN E INSCRIPCIÓN:  
Pavillón de Deportes T 986 356 558 deportes@baiona.org  
Oficina de Turismo T 986 687 067

### Colaboración co concello de Baiona 13 e 27 de xullo e 10 e 31 de agosto 2008

Ao igual que en anos anteriores, na época estival de maior afluencia turística preparamos 4 saídas dentro do programa de sendeirismo do concello de Baiona. Estas 4 saídas tiveron como obxectivos 2 sendeiros: dúas saídas foron ao sendeiro dos petroglifos, e as outras dúas a cabo Silleiro, ao redor duns 16 km cada unha.

A afluencia máxima alcanzouse o primeiro día, con 31 participantes. En xeral houbo unha media de 20 participantes cada día, e un total de 65 persoas sen contar ós que repetiron.

Este ano, o guiado dos grupos correu á conta de Miguel Carrillo e mais Miguel Caramés anque este só puido ir a dúas saídas. Tamén se contou co apoio incondicional dos reforzos espontáneos.

Sección de sendeiros

### I XUNTANZA DE SENDEIRISTAS GALEGOS 19 DE OUTUBRO DE 2008

Esta xuntanza está organizada pola Federación Galega de Montañismo e o concello de Forcarei co gallo de inaugurar o PR-G 100 Aciveiro-Candán en Forcarei e conta co seguinte programa:

10:00H Saída do roteiro no Mosteiro de Aciveiro.

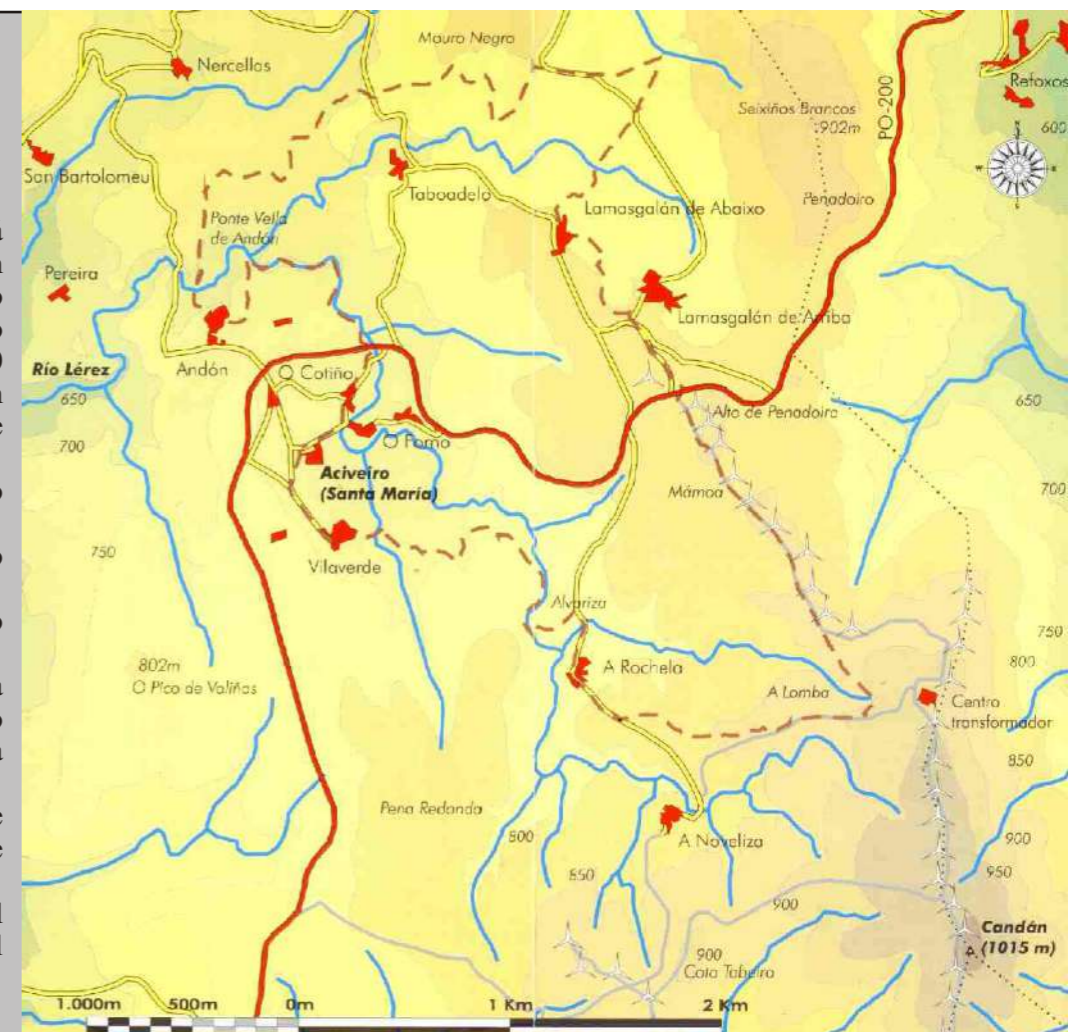
13:00H Avituallamento no medio do roteiro.

15:00 H Chegada ao mosteiro de Aciveiro.

15:30H Xuntanza na carballeira de Aciveiro (habrá actuación de música tradicional).

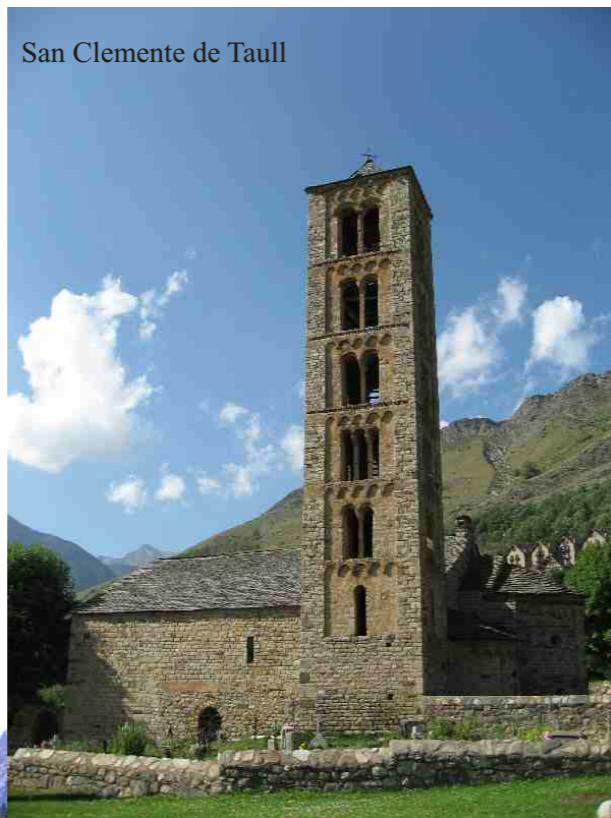
Máis información e inscricións no Concello de Forcarei:

Tlf. 986 755 432 ou e-mail concello.forcarei@eidolocal.es



**PIRINEOS**  
**1-9 de Agosto 2008**  
**Vall de Boi**

A saída de Pirineos deste ano se centrou no Val de Boí. Taüll, que foi o noso campamento base dende onde partiron as nosas saídas. Descubrimos os moitos lagos que esconde o Parque Nacional de Agüestortes e puidemos subir varios tres miles, como o Pic Mulleres, O Comoloforno, os Besiberris, animados sempre por un grupo estupendo e acompañados dunha climatoloxía excepcional. Para repetir, coma sempre.



San Clemente de Taüll



Camiño do Montardo



Lago Negro, camiño de Punta Alta



Camiño do Tuc de Mulleres



**TUIZA UBIÑA**  
**4-5 DE OUTUBRO**

Para esta fin de semana a sección de Sendeiros e Montaña ten preparada unha actividade que pretende amosarvos e darvos a coñecer esta zona entre Asturias e León, que aínda é un pouco descoñecida. Aproveitamos a recente inauguración do Refuxio do Meicín para darlle a nosa particular estrea.

A saída será o sábado ás 8 da mañá para dirixirnos a Tuiza de Arriba. Unha vez aquí camiñaremos ata o Refuxio, situado nun precioso entorno. Para os que queiran aproveitar máis o tempo, e se andan con forzas poderán achegarse ata o Torre Cerreo (2101 m), e os que queiran relaxar a vista vendo este precioso val gozarán sen dúbida da ubicación deste refuxio.

O Domingo a actividade dividíremola en dous:

□ Os Sendeiristas irán cara o collado do Ronzón- coa posibilidade de subir ao Torre Cerreo- nunha ascensión asequible e onde poderán ver restos das trincheiras feitas en épocas pretéritas, para finalmente en rematar en Torbarrio.

□ Os de Montaña irán cara O Sete (2.365 m), para continuar pola pasada de Arco e chegar tamén a Torbarrio, onde nos recollerá o autobús. Para esta actividade é recomendable levar casco.

