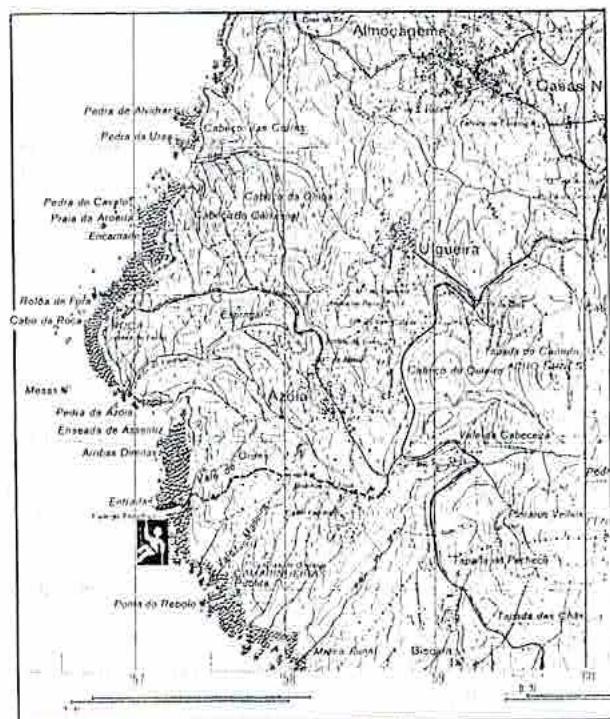
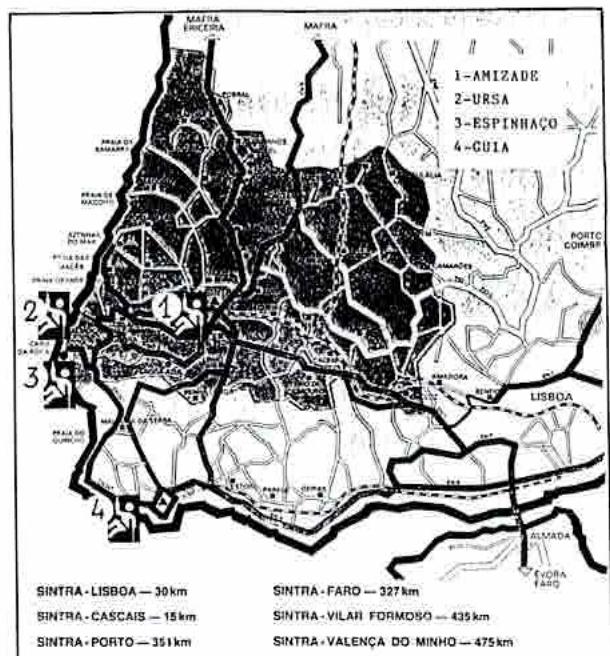
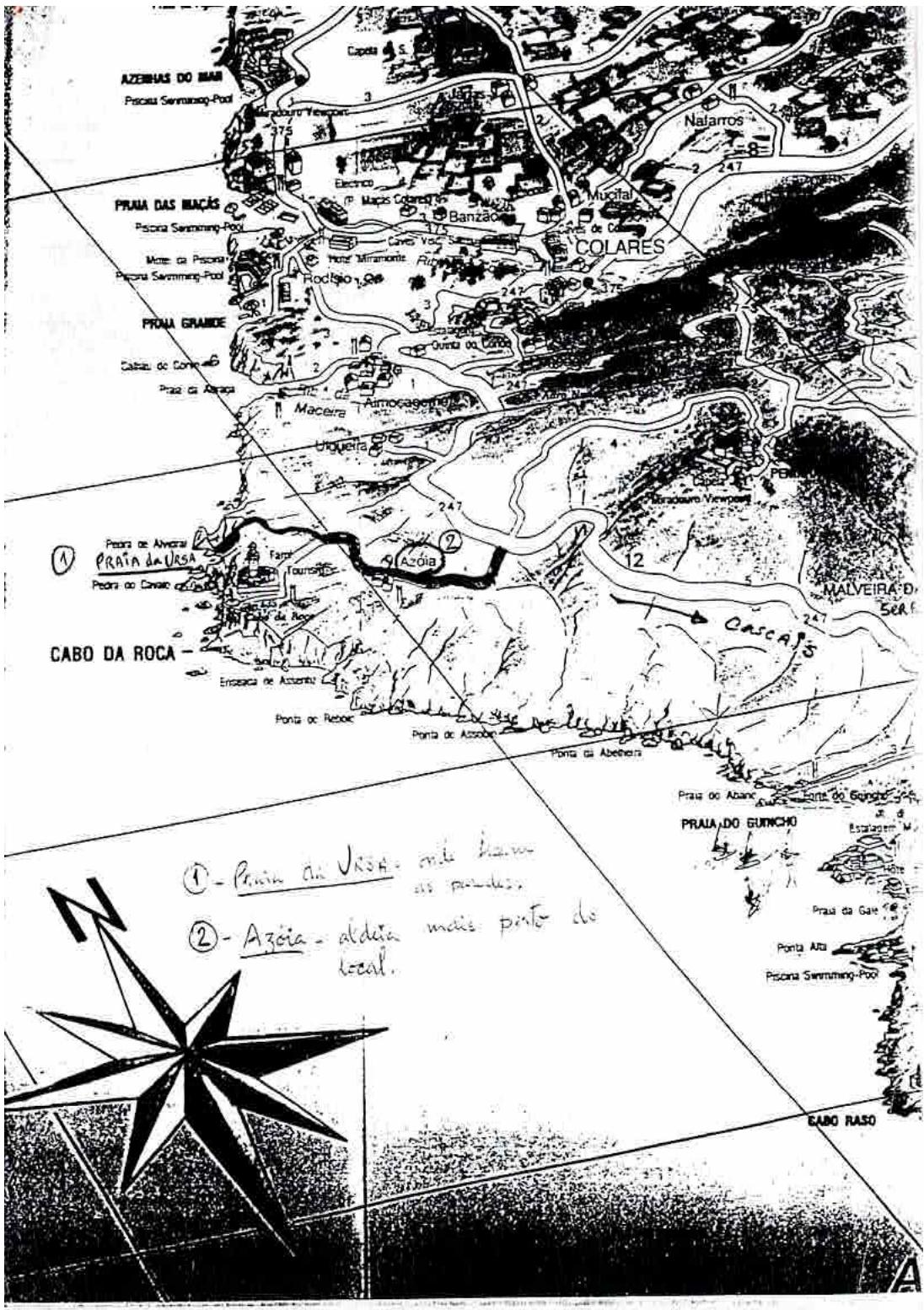


E-LSB-ESP-0
LSSOA, OUTLET





PAREDE DO ESPINHAÇO

CABO DA ROCA

Falésia "descoberta" em 1978, com cerca de 70 metros de altura e formada por rocha granítóide (SIENITO). É atravessada a meia altura por um filão horizontal de rocha diferente e bastante fragmentada.

Está virada a Sul e raramente apanha vento, pelo que em dias quentes é fundamental levar bastante água.

Todas as vias demoraram mais que um dia a abrir sobretudo devido à dificuldade de ultrapassar o filão, em geral com escalada artificial (A₂ A₃, excepto na Via da Direita que é 4b - 4c).

Os passos de artificial prolongam-se em geral por 10-15 metros e estão praticamente todos equipados, pelo que actualmente a sua cotação é A₁ ou nalguns casos A₀ - A₁, como é o caso do 2º Largo da Via Transatlântica.

As vias nesta parede assemelham-se mais a ascensões em montanha do que a treino em escalada em falésia tipo Farol da Guia ou Penedo da Amizade. Isto não só devido ao traçado sinuoso da maioria das vias (problemas delicados de atrito), como também atendendo à exposição e ao equipamento complementar que convém muitas vezes utilizar. Assim aconselha-se:

- Encordamento a 40 metros;
- Levar várias sangles rápidas ("revólveres" ou "sangles expresso"), mais compridas para evitar o atrito em certas passagens 0,50 - 1,00 metro;
- Levar um jogo de Friends e de entaladores, bem como estribos;
- Com várias cordadas na parede pode-se recomendar o uso de capacete a quem esteja em baixo, já que há muita pedra solta sobretudo na saída de algumas vias;
- É "útil" levar um cantil, mas também é de referir que quando as vias ficam à sombra pode arrefecer.

ESCALADA ARTIFICIAL

Para quem não estiver familiarizado com a utilização de estribos convém

.... / ...

atender ao seguinte:

-a sua utilização é facilitada quando complementada por exemplo com uma cadeia de 2 ou 3 mosquetões ~~ao~~ baulrieu para se autosegurar ao estribo ou piton após subir um ou mais degraus; é uma posição de repouso que torna a escalada artificial menos desgastante;

-o 1º de cordada deve passar primeiro no piton a sua corda (mosquetão ou "expresso") e só depois é que prende no mosquetão desta o mosquetão do estribo; os estribos colocam-se por trás da corda, isto é entre esta e a rocha;

-o 2º de cordada, tem geralmente conveniência em desmosquetonar a sua corda do piton antes de ali prender o estribo; exceptua-se o caso de algumas passagens laterais mais expostas;

-em artificial é preferível muitas vezes usar corda dupla (bicolor) para mosquetonar alternadamente uma metade em cada piton (regra geral com muitas excepções em função da sinuosidade da via);

-convém utilizar cada estribo sempre com o seu mosquetão como conjunto inseparável.

Para quem prefere evitar o troço médio em artificial das vias, é usual fazer sucessivamente apenas os vários 1ºs largos até ao filão e descer em rappel. Exceptua-se a Transatlântica por ser uma travessia sobre o mar.

DESCIDA

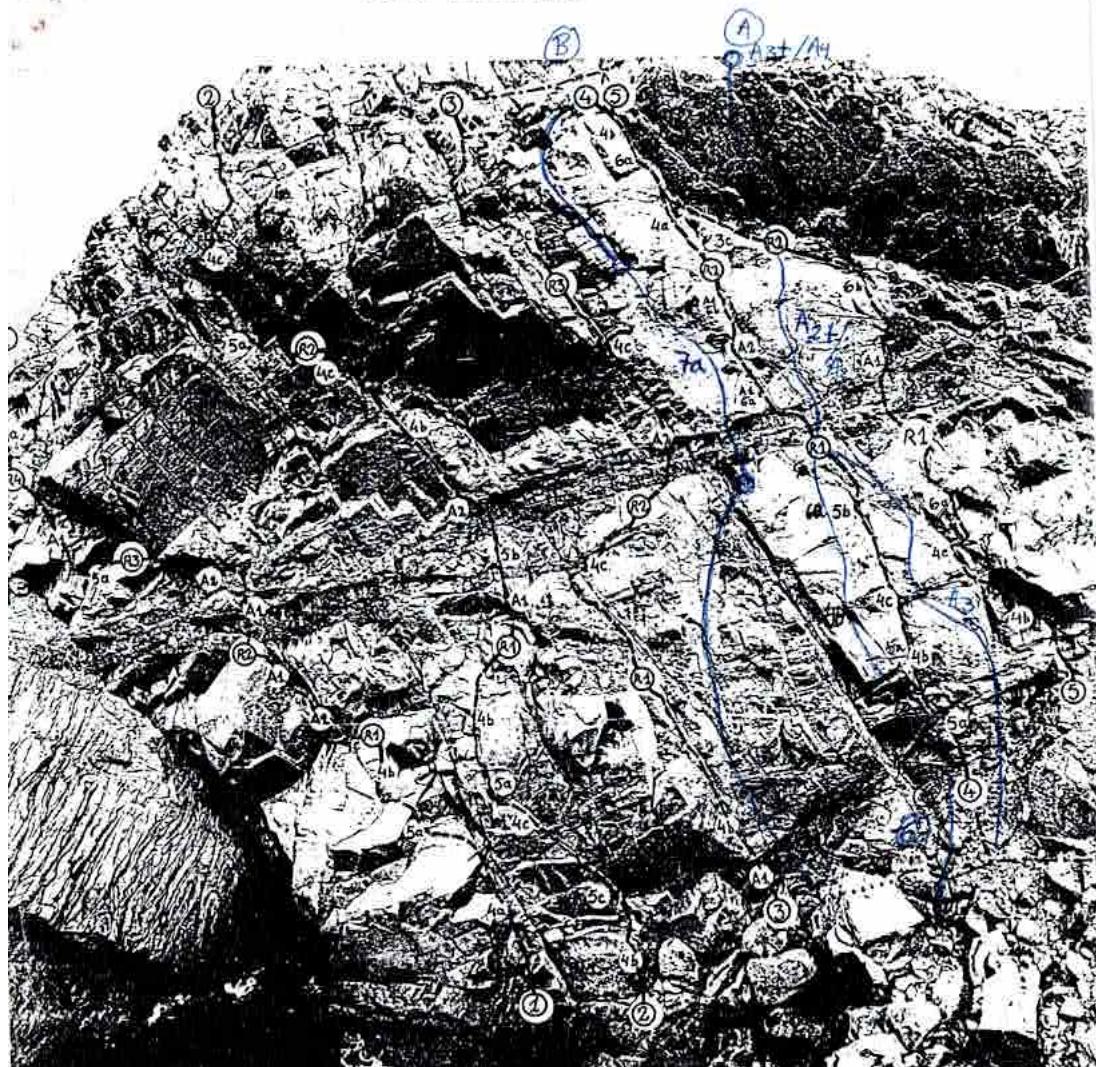
Não é de contar com um rappel rápido e pronto a ser utilizado, para descida sistemática do cimo da parede para a base.

Na placa quase vertical da saída da Via da Direita está montado um rappel mas de utilização pouco prática, quer porque o início é difícil e exposto, quer porque o segundo rappel (situado 35 metros abaixo do relevo da Via Normal) é difícil de atingir (o segundo aspecto pode ser evitado com um rappel único de 70 metros).

Com estas limitações tem-se concluído que é mais rápido descer a pé. Para tal convém primeiro subir até ao carreiro de acesso às ruínas do Forte do Espinhal e depois descer pelo vale do ribeiro situado a Leste.

.../...

ESPINHACO



1. TRANSATLÂNTICA. MD, 90 m. F
 2. A MANCHA BRANCA. MD^{SUP}, 110 m. F
 - 3.-VIA NORMAL. D^{SUP}, 90 m. F
 - 4.-VIA DA DIREITA. MD, 80 m. F
 - 5.-MIRADOURD. MD^{SUP}, 80 m. F
 6. IMAGINÁRIA. MD^{SUP}, 90 m. F.

(A) Cuba Libre

B #New -> better

Nota: já existem + 3 vias abertas que não aparecem
neste croqui são mais à direita.

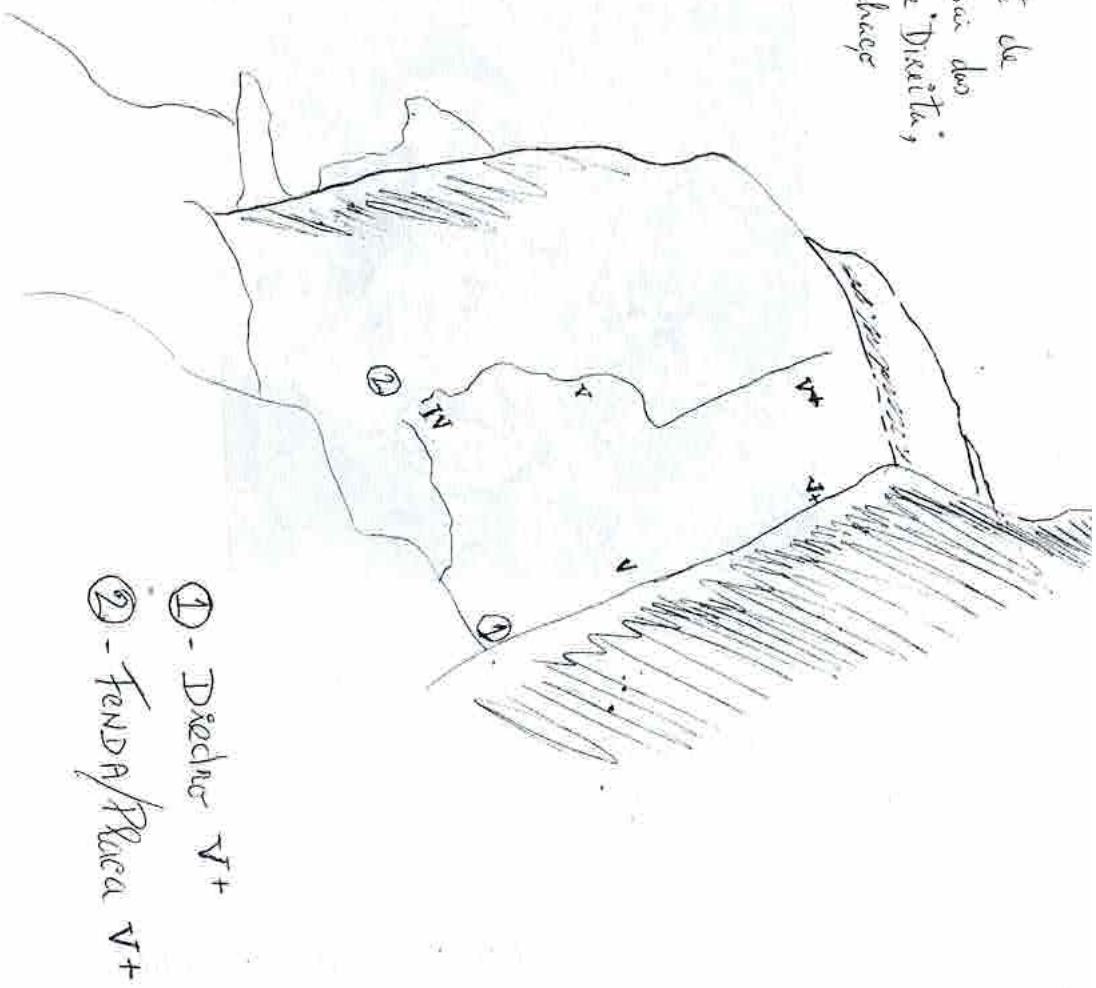


1 - Turbo - escalador 5 b

2 - Tectomaria 5 a

Situa-se na vertente direita do riacho.

Situar-se na parte de
cima quando se sai das
vias de Minadura e Direita,
da parede do Espaço



① - Díodo V+

② - Fenda/Placa V+



- 1 - Transatlântica - 5c/A3
- 2 - Mancha Branca - 6b/A1
- 3 - Normal - 1º IV+ / 2º IV / 3º A1 / 4º III+
- 4 - Lunática - 6c/A1
- 5 - Imaginária - 7a
- 6 - Direita - 1º 5c / 2º A1 / 3º 5a
- 7 - Miradouro - 1º 6a / 2º A1 / 3º 5a
- 8 - Imaginária anormal 6c/7a
- 9 - Cuba Livre - ? 1º A2+/5º 2º A3 3º A4
- 10 - Kamikaze - 1º V / 2º 6b / 3º 7b/A1