

# Katazka



**N.º 36**

**Uztaila - Agorrila**

**1980**

La llegada del verano, época vacacional por excelencia, marca también para la práctica del montañismo el período de mayor afluencia de aficionados hacia las cumbres. Los itinerarios clásicos del Duranguesado, Gorbea, Aizkorri o Aralar pasan a ser escenarios habituales de las ascensiones de nuestros montañeros, algunos de los cuales se lanzan incluso a cadenas más lejanas, como Picos de Europa, Pirineos, Alpes e incluso Andes.

Pero este movimiento, que en principio podríamos saludar con satisfacción como una muestra de la mejora del nivel técnico de nuestros montañeros, ha traído como resultado un aumento preocupante de los accidentes, que no podemos interpretar como una lógica consecuencia matemática del incremento de participantes.

En los últimos años el montañismo vasco se está viendo especialmente afectado por este grave problema, con tasas de accidentes que evidencian una patente deficiencia de preparación técnica de nuestros montañeros; porque de poder establecerse las causas desencadenantes de cada uno de estos accidentes, probablemente, llegaríamos a la conclusión de que la mayor parte de ellos no tienen su origen en los peligros objetivos de la montaña, sino en los factores subjetivos, como son: inexperiencia, falta de capacidad física y técnica, deficiencias de equipo, desconocimiento del terreno, etc. En otras palabras, podríamos resumir lo expuesto diciendo que muchos de los percances que ocurren en la práctica del montañismo serían evitables.

De la anterior conclusión se deduce con claridad la vital importancia que puede tener la toma en consideración de este estado de cosas, tanto a nivel de Federación, Clubs o simples montañeros en forma individual, con el ánimo de crear un símbolo de prudencia dentro de nuestro montañismo.

# PEÑA TELERA 2.764 mts.

(ESCALADA INVERNAL)

Por Joserra

A doce kilómetros de Biescas, siguiendo el curso de la carretera que conduce a EL FORMIGAL y a veinticinco kilómetros de la frontera del collado de Pourtalet, se encuentra la entrada o camino que conduce a esta montaña. Exactamente en las inmediaciones del embalse de Bupal. Dos kilómetros de pista asfaltada conducen al pueblo de Piedrafita de Jaca. Este pueblo vive del fruto del ganado vacuno que pasta en la alta meseta, justamente encima del hermoso bosque que se inicia en la misma localidad.

Nos detuvimos un poco para curiosear y hablar un rato con la gente y nos llevamos una gran sorpresa, ya que el único BAR del pueblo presta servicio tan sólo un día al año. Si mal no recuerdo, se abre en agosto, el día de la Virgen.

Después de charlar un rato, continuamos nuestro camino para llegar a la base de la montaña. Ocho kilómetros de pista separan a PEÑA TELERA del mencionado pueblo, seis de los cuales tendríamos que hacer a patita, ya que la pista estaba cerrada por toneladas de nieve.

Al llegar al rústico refugio o abrigo ubicado cerca del lago, a diez metros de la citada pista, descansamos un rato, a la vez que uno de nosotros se curaba de las heridas sufridas a raíz de un patinazo en el hielo que no se

adivinaba por la oscuridad de la noche. Proseguimos el camino a través del valle donde la nieve se encontraba completamente helada. Disfrutamos mucho en esta travesía al contemplar el chispeante firmamento lleno de estrellas. Y tras una hora de marcha desde el refugio, llegamos a la base de la pared (cara norte), en la cual escalaríamos la vía conocida por la GRAN DIAGONAL. Es un corredor de nieve, aproximadamente de unos ochocientos metros de longitud y además hay que añadir doscientos metros que corresponden a la arista que conduce a la cumbre, desde la desembocadura del corredor.

Dicho corredor de nieve comienza prácticamente en el centro de la pared. Exactamente debajo del Diedro Central. Sus dificultades varían según la época del año, ya que a principios del verano su ascensión se realiza sin problemas, con una inclinación de 45 grados, junto con algún corte o zona de rocas del tercer grado. Sin embargo, en invierno resulta ser un obstáculo serio el paso por esta zona de rocas, debido a las bajas temperaturas y al hielo que tapiza la roca.

Hasta este punto el corredor no es nada bonito. Es muy amplio y poco atractivo. Pero a partir de este punto es de una gran belleza. El superar esta zona mixta nos llevó cerca de dos

**DEPORTES**  
**«AITOR»**

**CAFES**  
**BAQUE**

horas, utilizando todo tipo de material: clavos de roca, tornillos, etc. Si alguna vez repetimos, tendremos que llevar hasta estribos, ya que dimos algunos pasos apoyando las puntas de los crampones en las anillas de los clavos.

También tuvimos que superar una chimenea de nieve helada en la que tallamos unos peldaños para proseguir en técnica de (X). Casi todas las reuniones las aseguramos con el piolet, y algunas hicimos con fisureros, ya que la parte alta del corredor es estrecha y da la posibilidad de asegurarse a ambas manos, izquierda-derecha, sin salirse de la vía.

Tras seis horas de contínuo ajetreo dentro del corredor y después de salvar el muro que topamos en la salida, la cual superamos con unos pasos de (5.º grado), alcanzamos la arista, que la recorrimos de Este a Oeste y, superando una cornisa en delicadas condiciones, alcanzamos al fin la cumbre.

La visión era perfecta. Un día de cielo azul. Contemplando el paisaje hacia el Sur, divisamos las tierras de Aragón. Hacia el Norte, los macizos de los Pirineos, así como el Midi D'Ossue, El Palas, Balaitous, Los Infiernos, etc... Nuestro objetivo era permanecer durante una hora en la cumbre, pero tan sólo fueron diez minutos, pues el termómetro marcaba ocho grados bajo cero.

Iniciamos el descenso por la vía normal, siempre en dirección hacia el Este, hasta llegar a un gran collado, después de una larga travesía que la hicimos con más reparo que la propia escalada. Una vez en el collado, bajamos derechos en dirección al lago, helado completamente, que invitaba a travesarlo andando. Pero por si acaso lo dejamos para otra ocasión. Lo vadeamos por su lado izquierdo, alcanzando



el sencillo refugio donde nos detuvimos para comer y para contemplar la gran mole de PEÑA TELERA, con sus 2.764 m.

Esta escalada fue efectuada y dedicada por y para los socios del ALPINO TABIRA. Se llevó a cabo el mes de febrero del presente año.

Se utilizó el siguiente material: cuarenta metros de cuerda, cuatro clavos, cuatro tornillos, dos fisureros, piolet y crampones.

# NATURALEZA y CONSUMISMO

Tengo la suerte de vivir en plena naturaleza. La amo. Vivo envuelto por ella. Me siento una parte de ella. En su admiración y contemplación paso los ratos más agradables de mi existencia. Estoy leyendo un libro. He sido tentado a recoger para vosotros algunas consideraciones. Me parecen interesantes. Por eso os quiero transmitir las.

"Vivimos en un momento y en una sociedad de contradicciones. Nuestro tiempo busca eficacia y es estéril. Habla de estética y es incapaz de contemplar la belleza. Está empeñado violentamente en conseguir la libertad y es incapaz de salvación. Vive tensamente el porvenir y está amenazado en el presente. Un tiempo que parece sin esperanza, porque carece de "gracia". En el corazón de la eficacia técnica y económica, aparece la esterilidad"...

Este párrafo pertenece al libro que os acabo de citar. Su autor es Arturo Paoli. Un hombre contemplativo y preocupado por el tipo de hombre y sociedad que va creando esta nuestra sociedad de consumo.

## LA PERSONA HUMANA:

Una sociedad preparada para producir y consumir valora más el "tener" que el "ser". No importa el cómo tener, los medios para obtener. Se vive ávido de cosas que nunca llegan a la meta de la ambición. El hombre no es por lo que es, sino por lo que tiene. Los valores de honradez, sinceridad, rectitud, sencillez y delicadeza no

cuentan para nada. Toda la propaganda, todo el montaje social, todo el ambiente está preparado para meternos en un callejón de nuevas modas, de nuevos aparatos, de nuevas sensaciones y de nuevos placeres.

El modelo que patrocina este tipo de sociedad es el de un hombre rebajado en su personalidad, un hombre distraído, superficial y totalmente exterior. Un hombre vaciado en su interior, incapaz de admirar y saborear la belleza, incomprendido por sí mismo, imposibilitado a su propio descubrimiento. Un hombre violento con sus semejantes y desencajado del resto del cosmos. Un hombre manipulado por los charlatanes de turno y manejado por mil slogans. Un hombre que vive de instintos a costa de su racionalidad. Un hombre cada vez menos humano. Un hombre cada vez menos persona...

La actitud económica que patrocina el montaje consumista es obviamente la causa de la violencia entre los hombres y de la esterilidad de la naturaleza. La belleza y la grandiosidad de la naturaleza ha sido barrida por la violencia económica del hombre. La Creación violada, en vez de proteger al hombre, sólo le inspira temor. El hombre "científico" como quiere ser el nuestro, ha caído en la superstición. Es la época de los adivinos, de los aries y los taurus...

Como es normal, el hombre preparado para la compra en el mercado de los



CAJA DE AHORROS  
VIZCAINA

"grandes almacenes, de los quioscos y de las discotecas" está incapacitado para escucharse en el silencio y para encontrarse en la propia reflexión. Todo es superficial y artificial. Todo es provisional. El mercado vive de eso, precisamente. En el horizonte se vislumbra el hastío, el cansancio, el aburrimiento, la mediocridad, el vacío y la desesperación. A los psiquiatras les espera mucho porvenir.

### **LA MADRE NATURALEZA:**

El hombre es parte del cosmos. Es el que da sentido y razón a todo lo que le rodea, ve y pisa. En la naturaleza el hombre encuentra el equilibrio, la serenidad, la alegría y el gozo por la vida. Sin embargo el consumo y el utilitarismo van haciendo estragos. Se está creando un desierto desesperado hecho de cemento y asfalto.

Es curioso que en esta época que valora el rendimiento, la eficacia y la utilidad económica, surjan grupos de jóvenes que quieren dar el "alerta" e intentan defender a la naturaleza de su violación y profanación. Ellos sí perciben el valor de la virginidad de la naturaleza. Son unos auténticos cotemplativos que tratan de mantener la capacidad de admiración y de asombro ante lo bello, lo grandioso y lo hermoso. Pertenecen a grupos montañeros y escaladores. Suben nuestros montes como huyendo de una asfixia colectiva. No quieren ser cómplices de un mal final de una tragedia.

¿Qué busca ese grupo de jóvenes que, mochila al hombro, dan la espalda a los ruidos y luces de la ciudad? Es difícil resumir. Quizá belleza, silencio, soledad, amistad, armonía, intimidad, recogimiento, sencillez, paz, reencuentro consigo mismo y compañerismo... Ellos, sin duda, han comprendido que la naturaleza es el último reducto para rescatar mayores cotas de personalidad. La naturaleza les rescata, les reanima, les redescubre, les empuja y les subyuga. Se encuentran en su

puesto cósmico y todo se convierte en equilibrio, serenidad y amor. Viven la amargura de ver que la naturaleza es tratada con la violencia de un conquistador. Protestan y forman grupos de protección. No pueden quedarse insensibles ante los descabros que se cometen con su "madre". Recuerdo la conversación con un hombre. Tuve que batirme en retirada. Hablábamos distintos idiomas. El, de rendimiento, utilidad, riqueza y yo de admiración, de belleza y de contemplación. No nos podíamos entender. Imposible. Me vino a decir que era un idealista y que en este mundo hay que ser realista. ¡Pobre sociedad consumista que nos va robando un espacio fundamental para nuestra existencia humana!

### **EL PROGRESO:**

No voy contra la ciencia, la técnica o el progreso. Voy contra todo lo que nos hace ser menos humanos.

Un hombre que no se asombra ante una bella puesta de sol o no se extasia ante una flor, ha perdido su sensibilidad humana. Un hombre que mide todo con criterios económicos, es un ser sin alma. Un hombre que no mira a las estrellas, no tiene un norte seguro en su vida. Un hombre que no goza en la blancura de la nieve, en el deslizarse suave del limpio arroyo, en el cambio de las distintas estaciones, poco le queda de humano. Un hombre que no vive la poesía, le falta mucho para el amor.

Es una pena. Hemos falsificado el progreso. En vez de ser para el hombre, da la impresión que es contra el hombre. Una naturaleza prostituída, nos produce unos verdaderos engendros. Pobre del que caiga en manos de un bruto! Salvemos la naturaleza para que podamos salvarnos los hombres.

# TRAVESIA en los PICOS DE EUROPA

## (MACIZO OCCIDENTAL O DE CORNION)

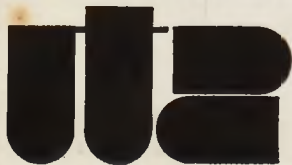
El 27 de junio, partimos de Durango 8 montañeros-a rumbo a «Picos», con una gran ilusión de realizar lo que teníamos pensado; salimos de Durango a las 7,30 y después de atravesar Torrelavega, San Vicente de la Barquera, en Unquera nos adentramos hacia los Picos y en Panes tomamos la desviación para Arenas de Cabrales, llegando a las 12 aproximadamente a Carreño. Al día siguiente dejamos los coches en Puente Poncebos, para desde aquí, en dos taxis y pasando por Covadonga, llegar a los lagos, punto de partida de nuestra travesía; partimos de el Lago de la Ercina (1.108 m.) desde el aparcamiento, frente al lago, bordear éste por la izquierda y cruzar abiertas praderías. Se debe tomar un sendero que sigue en dirección S. E. por terreno horizontal y con pequeñas pendientes. En unos 35 minutos se llega a «Las Bobias», amplia majada con algunas cabañas de pastores. Una vez cruzado este paraje, el camino sigue, con cortas subidas y bajadas, por un terreno en el que abundan los hoyos y pequeños vallecitos. Discurre buscando la forma más cómoda para cruzar esta especie de laberinto, por lo cual es conveniente no perder las marcas amarillas. A continuación, descender unos metros para llegar al «Llaguillu» (agua en este lugar). El sendero inicia aquí una larga ascensión, ganando altura de forma continuada pero cómoda. En poco menos de dos horas desde «Las Bobias» se gana «El Jito», un

amplio collado desde donde se observa una magnífica panorámica del Macizo Central; en dicho collado hay una tabla de Orientación que nos indica las diferentes cumbres que se divisan. Finalmente, descendiendo un poco hacia la izquierda se llega al refugio, situado en plena Vega de Ario. Tiempo invertido desde el lago Ercina, 2 horas, 30 minutos.

El refugio Marqués de Villaviciosa se encuentra situado en la Vega de Ario (1.580 m.), en la zona N. E. del Macizo Occidental. Posee dos plantas, una baja con cocina, un gran salón-comedor y otras dependencias y un primer piso destinado a dormitorios. Tiene capacidad para 36 plazas en camas literas con colchonetas y mantas, distribuidas en varias habitaciones. Se encuentra abierto y guardado, con servicio de cocina de junio a setiembre. Para utilizarlo el resto del año deberemos solicitar las llaves al Grupo de Montaña Vetusta, Avda. de Galicia, 19. Oviedo. Telf. (985) 23 28 23.

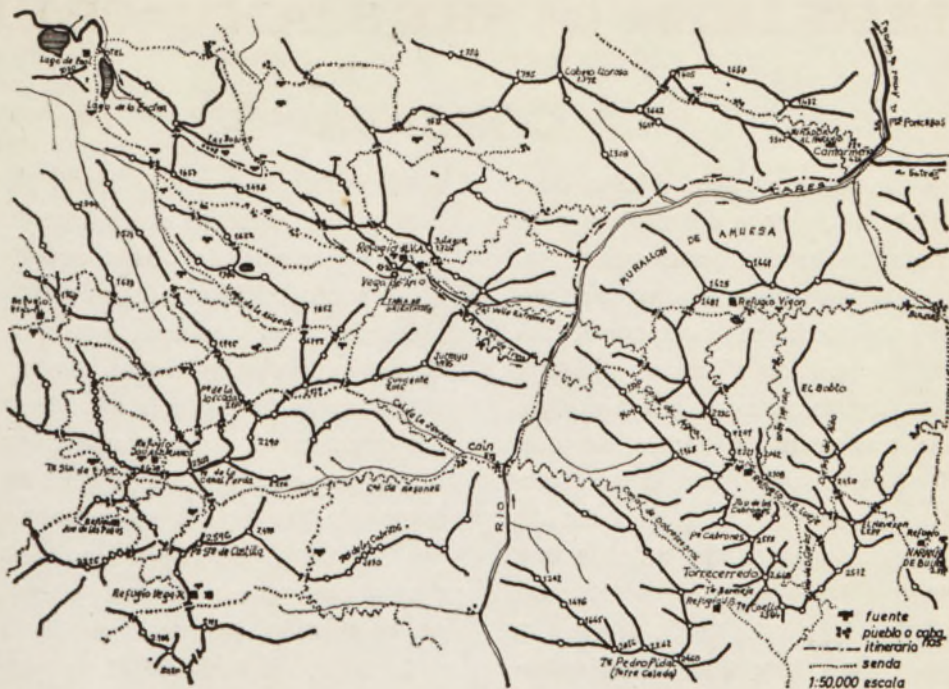
Este refugio, bien equipado, no es sin embargo muy interesante para los escaladores, debido a su localización alejada de las principales paredes del macizo. No obstante, sí presenta una situación favorable para algunas travesías invernales y recorridos de verano.

Después de reponer fuerzas en el confortable refugio y de ordenar la habi-



LIBROS y  
DISCOS





tación, iniciamos la ascensión al Jultayo (1.935 m.); primeramente seguimos las marcas amarillas que van a la Canal de Trea, para que al de media hora las dejásemos para continuar un sendero marcado con Cairns que nos pusieron en su cumbre en 1 hora y 10 minutos; el abismo que se corta desde sus alturas sobre el pueblo de Cain (513 m.) y del Cares, es el más impo- nentemente valiente que puede haber, como también su paisaje y su atalayar.

Al día siguiente nos levantamos a las 6,30 y a las 7 comenzamos a enfi- larnos para el canal Trea que no tiene pérdida, ya que las marcas amarillas llegan hasta la misma entrada a la canal y ya sin pérdida, ya que se obser- va un muy pisado sendero, nos introducimos en ella; esta primera parte es la que presenta un poco de dificultad,

pero que se pasa sin mayor problema; descendemos por unas pedreras para ir tirando a la izquierda y tomar ya de nuevo el sendero que sin ninguna pérdida ni dificultad nos dejará en Puente Bolin ya en plena garganta del Cares; tiempo invertido en el descenso, 3 horas; de aquí subimos al típico pueblo de Cain, donde recuperamos fuerzas con un pequeño almuerzo, para de nuevo volver por el puente Bolin hacia Puente Poncebos, por la Garganta del Cares, lugar sin duda el más frecuentado de Picos, desde Cain a Puente Poncebos, 2 horas, 30 minutos y con esto dábamos por finalizado con gran entusiasmo nuestra andadura, pensando en volver de nuevo a Picos para realizar una nueva e interesante travesía.

Euge

Así de sencilla



AUTO - ACADEMIA

LUCAS

Bar

GURIA

## LA CONCAVA

Cuando miramos al Alluitz, desde Urkiola, vemos como debajo de la cumbre hay un gran agujero negro y nos preguntamos si se subirá por allí. En realidad, por el mismo agujero no discurre ninguna vía, aunque se oyen por ahí algunos proyectos de abrirla. Lo que sí existe es un itinerario que transcurre justamente a la derecha de ese gran agujero. Se trata de una vía que hace unos años tenía su mérito, en cierto modo porque a pesar de ir por una pared extraplomada, la escalada es esencialmente en libre. Grandes escaladores se "piñaron" allí, y es que el tercer largo no es para menos... Pero vamos a ir por orden. La vía comienza justo a la derecha del gran agujero negro y asciende un poco a la izquierda por una zona de roca con hierba muy resbaladiza. Sin grandes dificultades, pero con mucha precaución, se llega al primer relevo, en una plataforma grande. El siguiente largo va por una chimenea extraplomada, en libre, y con agarres magníficos, hasta una reunión sobre estribos

o colgados del arnés. A partir de este punto, tenemos dos alternativas: salir en artificial por la izquierda, o recto en libre (fisura extraplomada, con buenos agarres). Cinco metros más arriba, ambas variantes se juntan y la vía sigue por una zona de extraplomos, pero con agarres excelentes: la roca es compacta, los seguros magníficos y la vista estupenda (se ve entre los pies al compañero que está abajo, en la reunión, mientras que éste coge tortícolis mirando al de arriba, de tanto volver la cabeza hacia atrás). Una vez acabado el largo (si es que se consigue acabar, cosa que no siempre sucede), se alcanza una pequeña placa con clavos y alguna clavija de expansión y se llega a la cuarta reunión, de donde se sale hacia la derecha; un paso artificial, un paso en libre difícil y se llega justo debajo de la cumbre. ¡Ya ha costado! La primera vez que subimos me acuerdo que unos que nos miraban cómo ascendíamos, comentaban entre sí: ¡están locos!

Iñaki



**BANKISUR**

Zumalacárregui, 6  
DURANGO

**DASAN**

JOYERIA - RELOJERIA  
Santa María, 4 - Telf. 681 09 25



**PROXIMAS ACTIVIDADES**

Del 31 de julio al 20 de Agosto: De nuevo el club partirá hacia los Alpes, esperamos que este año sí cumplan su objetivo con el Mont-Blanc, y las demás cumbres, disfruten del turismo tanto montañeros como excursionistas y vuelvan a Durango sin contratiempos.

Día 7 de septiembre: Excursión de los Gazteak a Vera de Bidasoa, ascendiendo a LARRUN (898 m.).

Día 14 de septiembre: Excursión travesía que partiendo de Arminza se ascenderá al JATA (592 m.) y al BURGOA (447 m.) para finalizar en Bermeo.

Día 21 de septiembre: Se celebrará en Besaide al igual que todos los años el día de Recuerdo.

Dentro del programa de Fiestas de San Fausto la sociedad participará como en otros años con el XII Circuito de Crestas, Rayllie Fotográfico, una marcha infantil, y algo más que todavía está en el tintero.

**ESCALADA**

La E.H.G.M.E. Escuela Vasca de Alta Montaña de Bizkaia, impartirá un curso de Alta Montaña, en el último fin de semana de septiembre y primer fin de semana de octubre, concretamente en Picos de Europa y Pirineos.

Además de estar Federado se exigirá el haber participado en algún cursillo de escalada en roca.

Los interesados en este curso podrán inscribirse hasta el 15 de septiembre en las Oficinas de la Federación Vasca, C/ Andra Mari, 10-3.º - DURANGO, o bien dirigirse a Joserra Basaguren de la Sección de Escalada, en los locales del Club los martes de 8 a 9 de la noche.

**VII MARCHA NACIONAL DE VETERANOS**

Pueden participar en esta marcha todos los montañeros de ambos sexos que se encuentren en posesión de la tarjeta de la F.E.M. 1980 y tengan cumplidos 40 años. La inscripción se efectuará en la Oficina de Recepción que se montará en Covadonga a partir de las 10 horas del día 13 de septiembre de 1980. Precio de la inscripción 300 Ptas.

El 14 de septiembre será la salida, a las 7 de la mañana desde Covadonga (250 m.), Cruz de Priena (725 m.), Cuesta Cárcoba (700 m.), La Casilla (620 m.), Coll. Orandi (560 m.), tiempo de duración de la travesía de 4 a 6 horas. Los interesados pueden pasar por los locales del Club, en los que se les dará amplia información.

**FOTO SOL****deportes  
SARASQUETA**

# ESPELEOLOGIA

(Continuación)

## ESPELEOLOGIA CIENTIFICA

La espeleología científica, requiere una mayor preparación y organización, pues pasa a ser una gran familia.

Consta de un director, el cual se preocupa de la buena organización de cada parte de la familia.

Luego están los geólogos, que estudian la morfología y constitución de las rocas.

Los topógrafos que realizan la medición de cada rincón de las cuevas y realizan un detallado plano de las mismas. Estos a su vez, son los técnicos de exploración.

Luego hay un grupo que son los Arqueólogos, que realizan las catas y las excavaciones, esto es lo que más trabajo lleva.

También se suele necesitar un buen técnico en fotografía, etc. Todos ellos son, en mi opinión, los más importantes de esa gran familia.

## EQUIPO DEL ESPELEOLOGO EN LA EXPLORACION DE UNA CUEVA

Voy a hacer un pequeño resumen del equipo que debe llevar un espeleólogo al introducirse en una cueva:

1.—Un buzo como el de los mecánicos, a poder ser con muchos bolsillos y con cremallera, ya que son de mucha utilidad.

2.—Un "casco" semejante al de obras y con una lámpara a poder ser de carburo.

3.—Un par de linternas como mínimo.

4.—Un buen cinturón de seguridad.

5.—Varias velas y bastantes cerillas.

6.—Una brújula.

7.—Botas alpinas o chirucas (botas de lona).

8.—Un cuaderno y un lapicero, pues son de suma utilidad e importancia para tomar cualquier dato.

9.—Escalas o cordino, más un martillo, clavijas y mosquetones, si la cueva tiene alguna sima y es necesario el bajarla.

10.—Como seguridad, se recomienda el ir marcando el recorrido, ya sea con pintura, o colocando unos trozos de hilobala, o bien situando mojones de piedra en los cruces de las galerías de las cuevas que se están recorriendo por primera vez, etc.

11.—Si la cueva a que se entra es de gran humedad, conviene ir abrigados con un buen jersey de lana gorda o introduciéndose en el pecho varias hojas de periódico. Esto reconforta mucho y es económico.

NOTA: Al introducirse en una sima, todo el material que se recomienda, es el de escalada.

GATERA



**ALIPÍ**

Colaborador en la Expedición Vasca al EVEREST 1980.  
Galardonado con la Placa de Plata de la F. E. M.

**Especializado en Montaña**

Santutxu, 14 - Teléfono 433 41 96 - BILBAO - 4

## LAMINADOR



### TECNICA "SUBTERRANEA"

Una vez descrito el material necesario, empezaremos por la técnica a seguir en la exploración de una cueva.

Primeramente hay que tener en cuenta los "peligros" a que se verá sometido el espeleólogo bajo las entrañas de la tierra.

Es lógico que en un mundo tan extraño, el hombre se sienta a un tiempo, atraído y temeroso a la vez.

En toda exploración se suceden los riesgos y los peligros, los cuales, aunque a veces son provocados por la imprudencia de los espeleólogos, en otras muchas ocasiones, reconocen causas tan justificadas como las siguientes:

- 1.—Resbalones a causa del barro húmedo.
- 2.—Caídas de piedras en descensos en vertical.
- 3.—El frío y la humedad.
- 4.—Súbitas inundaciones.
- 5.—Emanaciones de gases, en especial el Anhidrido carbónico.
- 6.—Arenas movedizas.

- 7.—Roturas de la escalerilla o cable.
- 8.—Desorientación provocada por la falta de luz.

Vistos los peligros que presentan las cuevas, pasemos a la técnica a seguir:

## TECNICA de OPOSICION



**AITAMA**® artículos de regalo

Andra Mari, 18 - Tel. 681 00 61

**DURANGO**

**ARTICULOS DE REGALO — BOLSOS — PARAGUAS**

**LISTAS de BODAS**

a) Si ante nosotros se presenta una "gatera" ¿cuál es la posición de ataque? pues bien, se ha comprobado que la postura más recomendable es, la de caminar tumbado de espaldas, mirando hacia el techo, introduciendo, primero la cabeza, cuyo resultado es un avance más libre, pudiendo avanzar con el impulso de los pies y el apoyo de las manos.

Ejemplo: Dibujo N.º 4.

b) Cuando se trata de atravesar un "laminador" la técnica a seguir, es justo a la inversa que en la "gatera", o sea, al revés.

Aquí, entonces hay que "reptar", de forma idéntica que los reptiles, y si es de muy poca altura, conviene acompasar la respiración con los movimientos del cuerpo, para así no correr el riesgo de quedar aprisionado, como le ocurrió al joven espeleólogo inglés NEIL MASS, que a finales de marzo de 1959, después de 43

horas de lenta agonía, halló una muerte horrible, aprisionado a 300 mts. en un "laminador" del "Agujero del diablo", cerca de SHEFIELD.

Ejemplo: Dibujo N.º 5.

c) Si se trata de una grieta vertical, la técnica a seguir, más usual, es la que en alpinismo se llama "oposición" que consiste en apoyar la espalda y mano en una pared y las piernas en la otra.

Ahora bien, aquí el desgaste de fuerzas es muy elevado, pues hay que ejercer presión constantemente.

Conviene la colocación de alguna clavija para hacer más sencilla la travesía a los compañeros.

Ejemplo: Dibujo N.º 6.

Boletín de circulación interna restringido a los socios del Alpino Tabira.

## ASADOR BAR MERENDERO



GOIURIA  
DURANGO  
TEL. 681 08 86

Especialidad:  
BESUGO A LA BRASA  
CHORIZOS CASEROS  
CHULETILLAS AL SARMIENTO  
Y CHULETAS A LA BRASA  
Banquetes sobre encargo

