

 <p>FEDERAÇÃO DE ESPORTES DE MONTANHA DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO</p>	CONSELHO TÉCNICO	DATA: 15/07/2019
	ASSUNTO: Recomendações de Segurança e Mínimo Impacto	Nº: FEMERJ-MAN-2019-02
	REFERÊNCIA: Cabeça de Peixe - PARNASO	FOLHA Nº: 1/1

Alertas e Recomendações para a Via Normal do Cabeça de Peixe

A via normal do Cabeça de Peixe estará em manutenção a partir do dia 20/07/2019. O Cabeça de Peixe está localizado no Parque Nacional da Serra dos Órgãos (PARNASO), sua via normal foi conquistada no ano de 1962, e encontra-se sob a curadoria do Clube Excursionista Carioca (CEC) conforme as tradições do montanhismo. A FEMERJ está divulgando os alertas e as recomendações elaborados em parceria com o PARNASO para o Cabeça de Peixe. Novas recomendações podem ser estabelecidas conforme indiquem os monitoramentos realizados.

- 1) A Via Normal do Cabeça de Peixe é uma escalada com lances de até 4º grau.
- 2) Como escalada é importante estar atento aos seguintes requisitos:
 - a. Ter experiência e conhecimento em técnicas de escalada. Caso não possua experiência, esteja acompanhado de um guia de escalada ou um escalador experiente, observando a proporção de um guia de escalada para cada 3 participantes inexperientes, no máximo.
 - b. Estar equipado com material de escalada, como: cadeirinha, corda, mosquetões, fitas, aparelhos de asseguramento e descida, mochila e calçado adequados.
 - c. Estar física e psicologicamente preparado para realizar uma atividade de no mínimo 8h, com mais de 800m de desnível, passando por lances técnicos e expostos.
- 3) Não confie em cordas fixas deixadas na parede! Não conte com a presença das cordas fixas para sua subida ou descida da montanha. Nunca abandone cordas fixas nas ancoragens ou em árvores. Qualquer corda fixa será removida. Guia de escalada, ajude na segurança removendo cordas fixas deixadas por outros.
- 4) Não se apoie ou pise na vegetação às margens da trilha.
- 5) Evite ir a montanha em dias de chuvas, ou em quando o solo ainda estiver muito encharcado.