



Parets del Vallès / Abril de 2011 / NP2

El CAM de Parets del Vallès posa en marxa la primera edició del Projecte "Experiència 4000"

Prop de 40 muntanyencs intentaràn assolir el seu primer quatre mil als Alps

Experiència 4000 és un repte i un equip. És un repte alpinístic perquè proposa superar el sostre dels 4.000 metres d'altitud a persones que mai no havien tingut l'oportunitat de viure una experiència d'ascensió d'aquest tipus. És també un equip perquè la cordada serà la clau per a l'èxit de l'aventura.

El pròxim 23 de juny prop de quaranta alpinistes novells marxaran de Parets del Vallès fins a la població suïssa de Zinal per intentar coronar la seva primera muntanya de quatre mil metres d'altitud, el Bishorn, un pic de 4.152 metres als Alps Peninos. La iniciativa, llançada a primers d'any per el CAM - Club d'Activitats de Muntanya de Parets del Vallès, ha tingut una gran acollida. La millor mostra d'això és que els components de l'expedició provenen de Barcelona, Sabadell, Granollers, Esparreguera, Sant Celoni, Berga, Ripoll, Borredà, Viladrau, la Garriga, les Franqueses i, per descomptat, de Parets del Vallès.

El CAM, a més de ser l'entitat organitzadora, aporta la logística, la seguretat i els recursos tècnics i humans necessaris perquè el màxim nombre d'expedicionaris aconseguixin fer realitat el seu somni d'aconseguir el seu primer cim de quatre mil metres. Deu alpinistes experimentats del CAM vetllaran per la seguretat i ajudaran sobre el terreny a les cordades en la seva progressió cap al cim.

L'experiència serà intensa i emocionant i permetrà als nous alpinistes sentir de manera diferent el temps i l'espai, descobrir l'atracció per les altes muntanyes alpines, conèixer-se millor a un mateix i fins i tot mirar el món des d'una perspectiva una mica diferent. Com diuen els organitzadors en la pàgina web www.experiencia4000.com, "quedes advertit, doncs, que aquesta aventura pot significar un abans i un després en la teva forma d'entendre la vida i tot el que l'envolta."



CAM - Club d'Activitats de Muntanya
Lluís Companys, 31
08150 Parets del Vallès

info@cam-parets.com
www.cam-parets.com

Persona de contacte:
Josep Domènech
President CAM
Tel. 625 556 724



La idea

"Mai no has pujat un quatre mil? Vols fer-ho? ¡Per Sant Joan anem als Alps!" Així es com va néixer aquest projecte, durant una xerrada entre dos amics. Poc a poc la idea va anar prenent forma fins a esdevenir *Experiència 4000*, un projecte esportiu i de motivació personal que te una durada de varis mesos.

La muntanya

El Bishorn és un quatre mil poc difícil en condicions normals i per a l'època en la qual el CAM intentarà l'Ascensió. És, per tant, un objectiu realista i factible per a qualsevol que tingui una bona condició física i uns coneixements bàsics de progressió per glacera (cramponatje, utilització de corda i auto detenció) i pendents de fins a 45 graus en condicions hivernals.

L'ascensió

L'expedició partirà de Parets del Vallès el 23 de juny i arribarà el matí del 24 a Zinal, des d'on iniciarà l'ascens al refugi. Són 1.600 metres de desnivell positiu que els portaran a passar la nit a 3.256 metres d'altitud. El 25 al matí, cap a les 04:00 l'equip expedicionari sortirà cap al cim, 900 metres de desnivell més amunt. El descens serà de 2.500 metres des del cim fins a Zinal. Un dur càstig per als genolls i l'esquena. Si el calendari i les previsions es compleixen, tot l'equip serà a Parets en dia 26 amb un quatre mil a la motxilla.

La seguretat

Tota activitat muntanyenca implica risc, més encara quan el grup és tan nombrós, poc experimentat i amb unes característiques molt diverses en els aspectes físic i tècnic. Aquest ha estat el motiu pel qual l'equip organitzador ha donat preferència i insistit en activitats preparatòries destinades a la transmissió dels coneixements bàsics necessaris per al bon desenvolupament de l'activitat. En aquest projecte la seguretat és la principal obsessió dels organitzadors.

La preparació

El projecte inclou diversos tallers teòrics i pràctics sobre aspectes relacionats amb l'activitat, des de pràctiques de progressió i auto detenció en gel i neu fins protocol d'actuació en cas d'emergència, passant per coneixements bàsics de primers auxilis i farmaciola de muntanya, coneixement del material, efectes fisiològics de l'altura en el cos humà i tècniques de nusos i encordament, entre altres matèries.



CAM - Club d'Activitats de Muntanya
Lluís Companys, 31
08150 Parets del Vallès

info@cam-parets.com
www.cam-parets.com

Persona de contacte:
Josep Domènech
President CAM
Tel. 625 556 724



Paral·lelament, el programa de preparació també inclou entrenaments físics amb ascensions a pics propers, com el Puigmal, Comabona o Pica d'Estats, i altres activitats de resistència com marxes i curses de muntanya.

Més informació i seguiment de l'experiència a través del lloc web www.experiencia4000.com

Sobre el CAM – Club d'Activitats de Muntanya de Parets de Vallès

El CAM és un petit i modest club amb uns socis que comparteixen molt més que l'afició per l'Esport a la Natura i la Muntanya: amistat, companyerisme, honestetat, respecte, treball i esforç individual i en equip, llibertat en la forma de fer i d'entendre la muntanya i participació activa de les persones.

Si alguna cosa caracteritza la majoria dels que som i fem el CAM és la nostra capacitat de somiar reptes, impulsar projectes i il·lusionar-nos compartint-los i portant-los a terme.

Una altra característica diferencial de la gent del CAM és que ens uneix el destí al que dirigim els nostres passos i no l'origen del qual partim. Venim d'aquí i d'allà, però anem a un mateix punt, de vegades proper, altres vegades llunyà.

També ens fa una mica especials la capacitat de col·laborar i construir en equip. A partir de la idea d'un es desenvolupa un projecte de tots. Dins el CAM és poden viure experiències i aventures, aquelles que vulguis viure, però sobre tot aquelles que vulguis crear. Per que el CAM és el lloc perfecte per dissenyar-les i trobar la companyia, el suport i els recursos que pots necessitar per fer-les realitat: alpinisme, escalada, travesses, curses de muntanya, marxes de resistència, BTT, trekkings i, per descomptat, expedicions.



CAM – Club d'Activitats de Muntanya
Lluís Companys, 31
08150 Parets del Vallès

info@cam-parets.com
www.cam-parets.com

Persona de contacte:
Josep Domènech
President CAM
Tel. 625 556 724