

NEWSLETTER



Amigos da Montanha



Associação de Montanhismo de Barcelinhos
Rua Custódio José Gomes Vilas Boas, 29
4755-059 BARCELINHOS

tel.: 253 831 647 (9-13h/15-19h)
fax: 253 837 020
tlm.: 960 486 617
e-mail: info@amigosdamontanha.com

Instituição de Utilidade Pública
(Diário da República nº138 2ª Série de 18 Julho 2008)

Design WeLink
Tiragem 7 000 exemplares
Periodicidade Trimestral
Distribuição Gratuita

www.amigosdamontanha.com

TRILHO DOS MOINHOS BTT

INSCREVE-TE JÁ EM:
WWW.AMIGOSDAMONTANHA.COM

OFERTA DE BRINDE



Trilho dos Moinhos

Estão abertas as inscrições para o Trilho dos Moinhos, uma das provas de BTT mais aguardadas do calendário de actividades dos Amigos da Montanha, com data marcada para 5 de Março. As inscrições no valor de 9€, mais 4€ para a opção de almoço, podem ser efectuadas em www.amigosdamontanha.com. Os participantes podem escolher uma das lojas onde é possível levantar o Kit (composto pelo dorsal, prémios e ofertas) beneficiando, assim, de maior conforto e comodidade. Como habitualmente existe ainda um programa de Pedestrianismo para os acompanhantes. O percurso do BTT Trilho dos Moinhos tem uma extensão aproximada de 45km, percorrendo quase totalmente caminhos rurais, estradões, pontes de pedra e trilhos entrelaçados por vários moinhos. O património histórico, económico e cultural proporcionado pelos moinhos ainda existentes, desenha um percurso verde, acessível a todos, propiciando o contacto com as aldeias e gentes locais.



Ori-BTT

Está marcada para 30 de Janeiro a Prova Local de Ori-BTT, com partida e chegada em Manhente, junto à escola EB2,3. Os atletas vão percorrer a vertente sul e sudoeste do Monte do Facho, escolhendo os melhores trajectos para chegar ao cimo. A Orientação, uma modalidade que tem vindo a conquistar público de todas as idades nas várias actividades desenvolvidas, trará várias e interessantes propostas em 2011. O número crescente de participantes e a satisfação sentida no final das provas fazem da Orientação uma modalidade em crescimento, onde merecem grande realce as actividades de desporto escolar desenvolvidas.



Santiago - Finisterra

Para grande parte dos milhares de peregrinos que todos os anos rumam ao túmulo do Apóstolo Santiago o caminho termina aí, mas para alguns o caminho continua até Finisterra, o ponto mais ocidental de Espanha. Em 2 de Abril, 7 de Maio e 4 de Junho, os Amigos da Montanha propõem-lhe fazer este lendário trajecto desde a Catedral de Santiago até ao Cabo de Finisterra, uma península de 3 km, apreciando a cultura e todo o magnífico património natural ao longo dos cerca de 90 km.

Colóquio

Nutrição, Condição Física e Aventura nos Himalaias é o tema do colóquio agendado para 29 de Janeiro, às 14h30, no Auditório dos Paços do Concelho, com entrada livre. O professor de desporto e alpinista Paulo Pires falará de "Treinos para actividades de montanha". Paulo Roxo e Daniela Teixeira, a primeira mulher portuguesa a escalar uma montanha de 8000m, apresentam o tema "Por montanhas dos Himalaias nunca antes pisadas...", com exibição do Filme "Espírito Livre".

Douro Internacional

Depois do sucesso da edição de 2010, a secção de Canoagem vai realizar mais duas descidas do Douro Internacional. A primeira é já a 12 e 13 de Março. A segunda data para a descida dos belíssimos 30 km está agendada para 2 e 3 de Julho. Fica atento às inscrições.



Paintball

A primeira actividade de Paintball em 2011 trará consigo a Inauguração do Novo Campo para a modalidade, localizado em Pedra Furada - Barcelos.

Os desafios intensos próprios da modalidade não faltarão nesta actividade, a realizar no dia 26 de Março. Prepara-te e inscreve-te já.

Rafting

De Janeiro a Dezembro são várias as propostas de Rafting no calendário de actividades de 2011, contemplando as descidas dos magníficos rios Paiva, Tâmega e Minho.

A primeira proposta é já no dia 29 de Janeiro.



Downhill

São quatro as propostas de Downhill para Todos, uma novidade no calendário de actividades dos AM. Esta actividade consiste na formação técnica para iniciados na modalidade Downhill e para betetistas em geral que pretendam melhorar a sua técnica de descida, com quatro percursos diferentes para desfrutar da bicicleta. Não faltes a este desafio. A primeira oportunidade é já a 22 de Janeiro. Inscreve-te.



Os Amigos da Montanha no Ano Internacional das Florestas

A Assembleia Geral da ONU (Organização das Nações Unidas) declarou 2011 como o Ano Internacional das Florestas, com o objectivo de mobilizar a comunidade mundial, no sentido de assegurar que as florestas sejam utilizadas de modo sustentável, para que sejam preservadas para as gerações actuais e vindouras.

Conscientes da importância desta iniciativa, os Amigos da Montanha desenvolverão uma série de eventos com o objectivo de contribuir para a consciencialização do importante papel que as florestas desempenham no desenvolvimento sustentável e para a formação no respeito pelos recursos naturais e florestais.

A Floresta é um dos elementos fundamentais para o equilíbrio dos ecossistemas (flora e fauna) e uma variada fonte de riqueza para a economia nacional (cobre cerca de 38% do território).

Para além de importante factor ambiental e económico, a Floresta é, também, um espaço de excelência para recreio e lazer que deve ser valorizado, pelo que constitui uma das áreas de intervenção dos Amigos da Montanha, pela sua ligação à prática desportiva e de lazer activo na Natureza. Os Amigos da Montanha procuram reforçar o respeito que todos devemos ter pelos recursos naturais e florestais, alertando para a prevenção dos incêndios florestais e para a necessidade de protecção da floresta, desafiando-o a conhecer melhor este importante recurso natural renovável e um valioso património colectivo.

Ao longo do ano realizar-se-ão diversas acções, alertando para a importância da preservação do Ambiente e da sua recuperação:

- 5 de Fevereiro – Acção de Sensibilização Ambiental “Plante uma árvore” – oferta de uma árvore autóctone, trazendo a floresta até si;
- 26 de Março – Plantação de árvores para reflorestação e enquadramento paisagístico de áreas degradadas;
- 11 de Junho – Limpeza da Ponte Medieval de Barcelos e área envolvente, removendo esta área de lixos e espécies infestantes que ameaçam esta zona monumental;
- 18 e 19 de Junho – Encontro Inter-Sócios, com o regresso ao Parque Nacional da Peneda-Gerês, um dos espaços florestais mais bem preservados do País;
- 25 de Junho – Limpeza do Areal de Barcelinhos, devolvendo-lhe a sua beleza natural, libertando-o de lixos e espécies infestantes.

Editorial

No início de um novo ano é altura de reflectir sobre os resultados alcançados e de traçar desafios, objectivos e caminhos a seguir. O ano de 2010 foi especialmente activo para os Amigos da Montanha, dando continuidade a um dinamismo já há muito iniciado nas diversas modalidades promovidas pela Associação.

Profundamente motivados e com projectos renovados, entrámos em 2011 com o intuito de continuar e reforçar a nossa posição, conscientes das dificuldades que uma associação como a nossa vive. Somos uma organização sem fins lucrativos, onde os associados e colaboradores voluntários são uma grande força de boa vontade, mas onde o trabalho desenvolvido se baseia no profissionalismo, e é com esta missão de fazer sempre mais e melhor que pensamos o futuro e agarramos os projectos que temos em mãos.

A primeira prova é o plano de actividades que apresentamos cada vez mais reforçado. São mais as actividades direccionadas para públicos mais vastos, mais as actividades onde queremos trazer pessoas ao concelho de Barcelos, onde queremos ter espectadores a assistir e a aplaudir os atletas, sempre com a missão de promover as actividades desportivas na natureza.

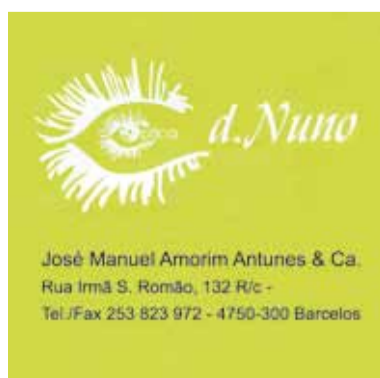
São muitas as opções que pensamos para a prática do desporto, cada vez mais atentos aos nossos associados, às pessoas que nos contactam e que vêm dos mais diversos locais para fazerem parte da actividade dos Amigos da Montanha. A nossa preocupação passa, também, pelos públicos mais jovens. Trabalhamos com as escolas, promovendo acções que divulgam a prática do desporto e a sua importância para a promoção de hábitos de vida saudáveis. Ainda com este intuito dinamizamos o desporto na vertente de lazer activo para todos.

Mas o trabalho da Associação cresce também na vertente de competição, com as equipas de Orientação, Paintball, Rafting, Corridas de Montanha, Downhill e Trial Bike. E, também nesta vertente, os nossos atletas têm alcançado resultados notáveis em competições nacionais e internacionais.

Estamos conscientes de que todo este cenário nos traz mais responsabilidades, mas são esses desafios que resolvemos abraçar, na certeza de que o trabalho desenvolvido nos permitirá ter cada vez melhores resultados, nos permitirá crescer continuamente mas de uma forma coerente e organizada, pois foi sempre esta a linha condutora do nosso trabalho, a forma de estarmos perto dos nossos associados, neste pequeno grupo de amigos que se transformou numa grande Associação.

Um Bom 2011 para todos.

O Presidente da Direcção,
Américo Alves



Mérito Associativo

Os Amigos da Montanha homenagearam três associados pela dedicação e empenho em prol da Associação no ano de 2010. As distinções de Mérito Associativo foram entregues, durante a ceia de Natal, ao Director da Secção de Orientação, Jorge Silva, ao Ultra Maratonista Carlos Sá e a José Figueiredo, associado distinguido pela colaboração e pelo empenho nas causas sociais que demonstram uma das missões dos AM.

Corridas de Montanha

Como forma de abrir um ano cheio de provas, os Amigos da Montanha participaram na S. Silvestre de Santo Tirso. Carlos Cadinha, Cátia Conceição, Nuno Soares e Pedro Cunha foram os elementos da equipa de Corridas de Montanha presentes na edição de 2011.





"a sua imobiliária"

www.gestinga.pt

Rústico RESTAURANTE

santiagotur viagens e turismo, Lda.

WeLink

everywhere

Web design e multimédia; Design de comunicação; Marketing directo; Marketing promocional; Merchandising e brindes; Gestão de marcas; Feiras e exposições.

www.welink.pt

GARMIN

DISTRIBUÍDO POR:

CNV Casa Raul Veloso

Rua D. ANTONIO BARRIOS N.º 78

TELF. 253 823 148 EMAIL: CRVELOSO@CNV.COM



Amigos da Montanha recebem distinções

O ano de 2010 ficou marcado por duas distinções que demonstram o trabalho e dedicação de todos os que participam na organização das actividades da Associação. Em Julho, os AM foram distinguidos com o Troféu Milho Rei (atribuído pela Cooperativa Milho Rei) na categoria de Mérito Desportivo (Colectivo). Em Outubro, a Associação foi distinguida com o Troféu EMDB (atribuído pela Empresa Municipal de Desporto de Barcelos) na categoria da Colectividade que mais se destacou no Concelho no ano de 2009/2010. No momento de receber estes prémios, o Presidente da Direcção, Américo Alves, referiu o orgulho da Associação, reforçando que este é o resultado de um esforço partilhado por todos aqueles que trabalham com dedicação, e de uma forma voluntária, no dia-a-dia dos Amigos da Montanha.



Na esperança de um Natal melhor

Os Amigos da Montanha uniram-se para levar a sete dezenas de famílias carenciadas e às instituições de solidariedade social, Centro Social Abel Varzim" e "APAC - Associação de Pais e Amigos de Crianças", os bens recolhidos na campanha "Montanhas de Amigos".

Este ano a iniciativa superou as expectativas da Associação, essencialmente, no que concerne aos bens alimentares recolhidos, possibilitando alargar o número de famílias abrangidas e, ainda, que a cada uma delas fosse distribuída maior quantidade de donativos.

Para além da participação de associados, da população em geral, da Escola Secundária de Barcelos, da EB1 de Vilar do Monte, da Escola EB 2,3 Rosa Ramalho e do Colégio Teresiano de Braga, os resultados alcançados só foram possíveis com o apoio dos supermercados de Barcelos - Recheio, Freitas, Pingo Doce e Minipreço - que possibilitaram a recolha de bens nas suas instalações, e das duas dezenas de empresas que colaboraram na iniciativa - Confeções Lion Jeans; Confeções Arlindo Campos; JFV - Têxteis; Novas Tendências; Azália Têxtil; Becri; Quinta & Santos; P&R Têxteis; Barceltricot; Difashion; Eurossintel; Calçados Barros; Impetus Portugal; Barlope; Carmavil; Irjoma; Gente Miúda - Obstáculo; Cordeiro e Campos; Forbody; TexAmérica e Fersil.

No final da entrega, cada equipa dos Amigos da Montanha testemunhava alguns dos casos vividos, especialmente com a alegria das crianças ao receberem os caixotes dos brinquedos que este ano chegaram em grande quantidade à Associação.



AMIGOS DA MONTANHA - ASSOCIAÇÃO DE MONTANHISMO DE BARCELINHOS

CONVOCATÓRIA

NOS TERMOS DO ARTIGO 7º. DOS ESTATUTOS DA ASSOCIAÇÃO "AMIGOS DA MONTANHA", FICAM CONVOCADOS TODOS OS ASSOCIADOS PARA A ASSEMBLEIA GERAL ORDINÁRIA, A REALIZAR NO DIA 25 DE MARÇO DE 2011, PELAS 21,00 HORAS, NA SEDE DESTA ASSOCIAÇÃO, SITA NA RUA CUSTÓDIO JOSÉ GOMES VILAS BOAS, 29 BARCELINHOS, COM A SEGUINTE ORDEM DE TRABALHOS:

- 1 - ANÁLISE, DISCUSSÃO E VOTAÇÃO DO RELATÓRIO DE GESTÃO E CONTAS DO EXERCÍCIO DO ANO ECONÓMICO DE 2010.
- 2 - APRESENTAÇÃO, ANÁLISE, DISCUSSÃO E VOTAÇÃO DE APRESENTAÇÃO DE PROPOSTAS PARA SÓCIOS BENEMÉRITOS.
- 3 - ANÁLISE E DISCUSSÃO DE OUTROS ASSUNTOS DE INTERESSE PARA A ASSOCIAÇÃO.

NA FALTA DE ASSOCIADOS PARA QUÓRUM NA HORA INDICADA, A ASSEMBLEIA FUNCIONARÁ 30 MINUTOS DEPOIS COM OS ASSOCIADOS PRESENTES.

BARCELINHOS, 06 de Janeiro de 2011

O PRESIDENTE DA ASSEMBLEIA GERAL
António José Soares Faria

Congresso da Direcção

Os Amigos da Montanha realizaram, no passado dia 13 de Novembro, o IX Congresso Interno. A situação actual, representada pelo crescimento que a Associação tem registado, e os caminhos a seguir em função desta realidade foram os principais temas analisados, definindo-se metas, objectivos e métodos de trabalho para que os Amigos da Montanha continuem na senda do desenvolvimento alcançado nos últimos anos.

TIB

TINTURARIA DE BARCELOS, LDA.

centro optico iberico

Desconto especial para os socios dos Amigos da Montanha
Barcelos
253 818 260
Av. Combatentes da Grande Guerra, 14

Rituais
Corpo e Mente

Rua Dr. Sebastião de Matos, 28
Vila F. S. Martinho
4750-046 Barcelos
Tlm. 916 684 397
Tel. 253 815 098

barceltécnica

hipertécnica

Curves

GINÁSIO SÓ PARA MULHERES
253 823 797
WWW.CURVES.COM



Novas Instalações. Visite-nos.

FLORES COM AMOR
TUDO EM ARTE FLORAL

Fátima Araújo
Rua Cândido da Cunha
Edif. Fabrica Barcelense 182 B - R/C
4750-276 Barcelos
Telf/Fax 253 891 060
Telm 918 174 029
florescomamor@clix.pt

ACC
MATERIAIS DE CONSTRUÇÃO

Sponsor Oficial



lavandaria e tinturaria industrial
Tel: 253839440/1/2/3/4/5/6/7/8 Fax: 253839449
Lugar da Gandra 4750-532 Várzea BCL



Rua Parque Industrial Adaúfe It C1
4710-571 Braga
tel.: 253 307 320

Sponsor Oficial de Impressão



Apoio



Luis Oliveira
Médico Dentista

Rua Dr. Sebastião de Matos 86
4750-400 V. Frescalina S. Martinho
Tel./Fax: 253 821 268
Tlm.: 914 710 224
luisoliveira@gmail.com

ACTIVIDADES



JANEIRO

15 – Canoagem Rio Neiva I

Balugães – Fragoso

22 – 1.º Downhill para Todos

Monte do Facho

22 – Percorso Pedestre

Paredes de Coura

29 – Rafting Rio Paiva

Castelo de Paiva

30 – Prova Local de Ori-BTT

Monte do Facho

29 – Colóquio: Nutrição, Condição Física e Aventura

nos Himalaias

Barcelos

FEVEREIRO

5 – Acção de Sensibilização Ambiental

Barcelos

4, 5 e 6 – Iniciação ao Ski

San Isidro

12 – Canoagem Rio Neiva I

Fragoso – S. Paio de Antas

19 – Percorso Pedestre

Terras de Bouro

26 – Rafting Rios Paiva, Tâmega e Minho

Local a designar

26 – 2.º Downhill para Todos

Monte do Facho

26 e 27 – Estágio Invernal

Gredos

MARÇO

5 – Trilho dos Moinhos

Barcelos

12 e 13 – Douro Internacional

Miranda do Douro

19 – Percorso Pedestre

Vila Verde

19 – Rafting Rios Paiva, Tâmega e Minho

Local a designar

17, 18, 19 e 20 – Curso de Alpinismo N.1

Local a designar

26 – Plantação de Árvores

Local a designar

26 – Paintball Inauguração de Campo

Barcelos

26 – 3.º Downhill para Todos

Monte do Facho

ABRIL

2 – Caminhos de Santiago 1

2 – Prova de Desporto Escolar

3 – Move-te por quem AMA

9 – Caminhada para Crianças

9 – Canoagem Rio Mondego

15, 16 e 17 – Torre Cerredo

16 – Percorso Pedestre Cabeceiras de Basto

16 – Rafting Rios Paiva, Tâmega e Minho

17 – Prova Trial-Bike

25 – Paintball Guerra dos Cravos

Move-te por quem AMA

A sensibilização e a angariação de donativos (através do valor da inscrição) para as crianças com autismo são os grandes objectivos de "Move-te por quem AMA", uma actividade que se realiza a 3 de Abril, com propostas para praticar Pedestrianismo, Canoagem ou BTT.



Downtown do Galo

Muita velocidade e muita adrenalina caracterizaram a 1ª Edição do Downtown do Galo. A cidade "vestiu-se" de rampas e pistas para a prática da vertente mais radical do BTT e para receber os 104 pilotos que colocaram ao rubro a emoção, junto às descidas naturais ou construídas para o efeito, desde a Avenida da Liberdade até à zona ribeirinha.

A espectacularidade do evento foi notória para pilotos e público. A segunda edição já está marcada para 4 de Junho.



Secção de Montanha

O calendário na secção de Montanhismo é especialmente recheado em 2011. A formação terá um lugar de destaque com vários cursos e workshops.

Canyoning será a grande novidade nesta secção. Este desporto, que consiste na exploração progressiva de um rio, transpondo obstáculos verticais e anfíbios, através do recurso a diferentes técnicas e equipamentos, trará certamente muitas aventuras, emoção e adrenalina. Fica atento ao calendário. De destacar, ainda, a grande Expedição ao Kilimanjaro, a realizar pelos montanheiros de 13 a 27 de Agosto, na Tanzânia.

Mas outras actividades merecerão realce, nomeadamente a organização do Trail e Ultra Trail AM, cuja primeira edição, realizada em Outubro último, mereceu os maiores elogios dos participantes.