

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



Prova Desporto Escolar

A Mata do Camarido, na zona envolvente à foz do Rio Minho, em Caminha, recebe no dia 3 de Março mais uma Prova de Orientação Escolar organizada pelos Amigos da Montanha. Esta prova de orientação pedestre realiza-se no âmbito do Campeonato Regional Norte de Desporto Escolar, pontuando para esta competição. Mas o evento está, também, acessível a pessoas de qualquer idade que queiram participar, individualmente ou em grupo, nos escalões abertos.

O mapa realiza-se em floresta de pinhal, predominantemente limpo, alternando com áreas de vegetação densa. Realce para o grande número de detalhes de relevo e para o terreno de muito rápida progressão.

Inscribe-te já e convida toda a família, dos mais novos aos avós, pois este é um Desporto para Todos.



Trilho dos Moinhos

Estão abertas até dia 4 de Março as inscrições para a actividade de BTT "Trilho dos Moinhos", um percurso com cerca de 45 km que percorre, na edição de 2012, o lado Sul do Concelho de Barcelos.

A prova está marcada para 10 de Março e caracteriza-se pelo lazer activo, convidando os participantes a percorrerem excelentes trilhos de BTT. Classificado como um trajecto acessível a todos os praticantes de BTT, onde o mote são os moinhos, o evento caracteriza-se pela espectacularidade do percurso, a beleza das paisagens e da riqueza patrimonial do concelho.

O valor da participação no percurso é de 9€ e no almoço é de 6€. A inscrição inclui seguro de acidentes pessoais, assistência médica, banhos, lavagem de bicicletas, massagens, abastecimentos líquidos e sólidos, assistência mecânica e sorteio de prémios. Todos os participantes receberão como brindes de participação um cachecol convertível em gorro para a prática de BTT e um par de peúgas.

Como habitualmente existe ainda uma caminhada gratuita para os acompanhantes.

O trajecto tem início pelas 9h30 no Estádio Cidade de Barcelos. A chegada dos primeiros participantes está prevista para as 11h00 no Largo da Porta Nova. A cerimónia protocolar de entrega de prémios aos três primeiros classificados da categoria "masculinos" e da categoria "femininos" está prevista para as 14h00.



Cicloturismo

Uma nova secção surgiu no início deste ano: o Cicloturismo. Esta modalidade de lazer activo, onde se pedala pelo divertimento, pela companhia e pelas paisagens, terá actividades ao Domingo, convidando os amigos e toda a família para magníficos passeios por locais de grande beleza no norte de Portugal. A primeira proposta é já a 4 de Março na Ecovia do Rio Lima, um percurso confortável, verdejante, acompanhando o rio em permanência. O Vale do Corgo, a Ecopista do Rio Minho, a Pista de Cicloturismo de Guimarães, a Ecopista da Linha do Tâmega e a Ciclovía da Foz do Douro constituirão as restantes propostas desta modalidade ao longo do ano.

FAZ-TE SÓCIO

Montanhas de aventuras para viver.

Inscribe-te em www.amigosdamontanha.com e traz contigo um amigo. Para além das dezenas de aventuras e actividades ao ar livre, podes usufruir de descontos durante todo o ano em várias entidades aderentes.

Percurso Pedestre

A proposta para 18 de Fevereiro é um trajecto de 15 km na região de Fafe. Em meio rural, com campos de cultivo e pequenos bosques que permitem o contacto com a natureza e o património construído e natural, vai ser possível apreciar o casario, pinhais, carvalhais e magníficas montanhas a perder de vista.

Aventura Colorida

As bolas coloridas com que se disputa a modalidade são o mote para mais uma aventura de Paintball. Depois, por entre vegetação e obstáculos, é só estar atento e dar azo à imaginação. A aventura, o convívio e o divertimento estão garantidos nesta modalidade.

Rio Neiva

A aventura de Canoagem volta ao Rio Neiva. A primeira descida será no dia 25 de Fevereiro com as canoas a fazerem o percurso Balugães - Fragoso. Em 24 de Março, completa-se o trajecto desde Fragoso até S. Paio de Antas.

Downhill para Todos

Dia 17 de Março há Downhill para Todos, quer sejam iniciados nesta modalidade, quer sejam já pilotos de DH. A actividade decorre nas pistas do Monte do Facho e os principiantes terão acompanhamento, com dicas úteis de segurança, afinação e manutenção das bicicletas.

Clínica Santa Eulália
 Rua do Monte Real, nº 979
 4755-481 Rio Covo Santa Eulália - Barcelos
 Contacto: 253 832 120 - 967 710 680
 email: clinica.santa.eulalia@gmail.com

acatel

alvescerqueiraserralheria,lda

Sérgio Boavista
 Rua Elias Garcia nº194
 4750 - 144 Arcozelo - Barcelos
 Tel: 253 801 260 Fax: 253 801 269
 Telem: 966 545 787
 E-Mail: paulo.carvalho@parceiros.tranquilidade.pt

electrocelos
 GRUPO ANDRÉ



Sede dos Amigos da Montanha

O lançamento da primeira pedra das obras de remodelação do edifício adquirido pelos Amigos da Montanha em 2008 tornou a data de 19 de Novembro em mais um marco histórico para a Associação. Para a posteridade, ficou colocada nos alicerces da obra uma "Cápsula do Tempo", com uma mensagem acompanhada de imagens representativas da vida associativa, desde a sua fundação até ao presente. A cerimónia contou com a presença do Presidente da Câmara Municipal de Barcelos, Miguel Costa Gomes, que elogiou a "ousadia e a coragem de quem avança com uma obra como esta nos tempos que correm". O Presidente da Autarquia enalteceu a actividade da Associação que, há muito, ultrapassou "os limites da freguesia de Barcelinhos", referindo, ainda, que por todo o trabalho desenvolvido os Amigos da Montanha "devem ser apoiados".

O Presidente da Direcção dos AM, Américo Alves, referiu que este é "mais um cume alcançado" mas é, acima de tudo, um projecto bem delineado, pensado com os pés assentes no chão, "é muito mais que um edifício; é um motivo para que os Amigos da Montanha perdurem no tempo".

A parede de escalada e um auditório vocacionado para exposições e formações são alguns dos espaços presentes no edifício que pretende ser um espaço dinâmico e aberto ao exterior. Considerando Barcelinhos na rota do Caminho de Santiago, o projecto contempla, também, a construção de um Albergue para Peregrinos.

Editorial

O novo ano traz-nos um rol de actividades preparadas para fomentar o desporto em natureza. Mas há outras acções que abordarão temáticas que já abraçámos como valores essenciais na actividade da associação. A solidariedade e a sensibilização ambiental estarão ainda mais activas, com novos projectos e parcerias. Fomentar a força da família no associativismo é um dos grandes objectivos. O novo Regulamento dos AM, aprovado em Novembro último, caminha nesse sentido, conferindo condições especiais à admissão de familiares de sócios e de crianças e jovens. Nas actividades de 2012, continuamos a destacar o Trilho dos Moinhos, que se realiza já a 10 de Março, o Downtown do Galo, o Encontro Intersócios, Montanhas d'Acção, os Jogos do Rio, a Maratona BTT 5 Cumes®, que mais uma vez integrará a Taça de Portugal XCM, o Ultra Trail AM e a iniciativa de solidariedade "Montanhas de Amigos". Mas novos projectos nos foram colocados e estamos certos que constituirão grandes eventos. Em Abril, organizaremos a 1.ª Taça de Portugal de Trial Bike e em Outubro a Prova da Taça de Portugal 2 na modalidade de Orientação. De destacar a criação de uma equipa na modalidade de BTT, que se juntará às formações de Corridas de Montanha, Downhill, Trial Bike e Orientação, cujos atletas têm conseguido levar longe o nome da Associação.

A construção da nova sede iniciou-se no último trimestre de 2011 e decorre a bom ritmo. Em Novembro, lançámos a primeira pedra com uma convicção forte: um projecto para o futuro. Foi esta a nossa ideia desde 2007 e continuará a ser a base deste projecto. Construir um espaço que garanta o futuro desta associação, um espaço aberto ao exterior, que traga pessoas que são a sustentabilidade deste grupo.

No final de Dezembro foram eleitos os órgãos sociais para o triénio 2012-2014. Integrámos neste grupo novos elementos que ajudarão a reforçar o trabalho associativo em áreas já existentes ou em projectos diferentes, caminhando todos juntos num só sentido: continuar a trilhar um caminho de responsabilidade, de valores, de ideias e de pessoas. São as pessoas que fazem dos AM uma força viva e só com o apoio dos associados continuaremos a conseguir levar os nossos projectos aos mais altos cumes.

Bom ano.

O Presidente da Direcção,
 Américo Alves

inforcávado
 Informática, Lda.

ATOMGEST

PROTERTIL

JFF CONSTRUÇÕES
 Av. 11.C.C. - 10.444

JOSAR Etiquetas, Lda.
 Barcelos www.josar.pt

EVA
 PRODUCTION AND FASHION AGENCY
www.evatextil.com

Aberto das 10h às 23h
TODOS OS DIAS

vodafone

tmn

optimus

CENTRO COMERCIAL DO TERÇO
 Visite-nos... Vai gostar.
 Rua de S. Bento - Campo 5 de Outubro
 Av. dos Combatentes da Grande Guerra - Barcelos

Ourivesarias Júlio

Ueguros

d.Nuno
 José Manuel Amorim Antunes & Ca.
 Rua Imã S. Romão, 132 R/c -
 Tel./Fax 253 823 972 - 4750-300 Barcelos

BOMBA
 BAR CERVEJARIA
 PIZZARIA
 VILA BOA | VILA SECA
 T.917787065 | T.917787240



"a sua imobiliária"

www.gestinga.pt

Rústico RESTAURANTE

santiagotur viagens e turismo, Lda.

Barcelos - Trofa www.santiagotur.pt

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

Armeiro, Ferragusa e Utilidades, Lda. Rua D. ANTONIO BARROSO Nº79 TEL: 253 823 148 EMAIL: CRVELOSO@GMAIL.COM

Montanhas de Amigos

Os resultados obtidos na iniciativa voltaram a surpreender e demonstraram que a solidariedade está ao alcance de todos. Cerca de 8 000 peças de roupa novas cedidas por empresas do Concelho; mais de 3 500 quilogramas de massas, arroz, açúcar e farinha; cerca de 1 500 unidades de enlatados, pacotes de leite, de bolachas, de garrafas de azeite e óleo; para além de diverso material didáctico, brinquedos, calçado e roupa foi o resultado da campanha que permitiu apoiar, nesta época de Natal, 240 pessoas pertencentes às 68 famílias sinalizadas em freguesias de Barcelos.

A angariação de bens para a campanha Montanhas de Amigos deste ano resultou da recolha de alimentados nos supermercados de Barcelos Eleclerc, Pingo Doce e Mini Preço; da realização de uma caminhada onde a inscrição foi feita a troco da entrega de géneros alimentares e da campanha de angariação de bens junto de particulares e empresas. Foram muitas as instituições que se quiseram juntar aos AM nesta campanha: A. Fiúza e Irmão; Alberto Fernandes Unipessoal; Avelino Dias; Barcelcom; Calçado Barros; Becri; Brinka; Brito & Miranda; Amaral & Filhos; Casa Mar de Rosas; Novas Tendências; Confeções Lemos e Moreira; Confeções Ribeiro & Campos; Confeções Cordeiro & Campos; Daniel Carvalho; Difashion Confeções; Eurossintel; Favima; Gabor; Gonçalves Sport; Gosimallas; Intermoda; Irjoma; Paulo Brito Confeções; Quinta & Santos; RCV Têxtil; Continente Barcelos; Pingo Doce Barcelos, Eleclerc Barcelos, Mini Preço Barcelos e Monte de Fralães; Escola Secundária de Barcelos; ADCR de Fornelos; Colégio Teresiano de Braga e Cruz Vermelha de Aldreu.

Órgãos Sociais 2012-2014

Realizaram-se no dia 16 de Dezembro, em Assembleia-Geral, as eleições para os órgãos sociais dos Amigos da Montanha. Prosseguir o desenvolvimento das actividades com critérios de rigor que valorizem o trabalho desenvolvido pela Associação e continuar a fazer do nome Amigos da Montanha uma marca reconhecida pela competência, pela dinâmica, pela coerência e pelo humanismo são alguns dos objectivos definidos pela equipa que conduzirá a Associação no triénio 2012-2014.

Assembleia-geral

Presidente – António José Soares Faria – Sócio n.º 1
Secretário – Isabel Maria Martins da Silva – Sócio n.º 544
Vogal – José Manuel Faria da Costa – Sócio n.º 6

Conselho Fiscal

Presidente – João Manuel Amaral Coelho – Sócio n.º 5
Secretário – José Rui de Sousa Barbosa – Sócio n.º 9
Vogal – José Manuel da Paixão Amaral – Sócio n.º 7

Conselho AM

Presidente – Manuel Joaquim Silva da Costa – Sócio n.º 133
Secretário – Maria Paula Nascimento da Costa Alves – Sócio n.º 11
Conselheiro – Armindo Manuel Pereira Carvalho – Sócio n.º 506
Conselheiro – Francisco José Nascimento da Costa – Sócio n.º 8
Conselheiro – José Carlos Rodrigues Loureiro – Sócio n.º 164
Conselheiro – José António Pereira Oliveira – Sócio n.º 272
Conselheiro – Almerinda da Silva Barbosa – Sócio n.º 12
Conselheiro – Elisabete Maria Areias C. Faria Ferreira – Sócio n.º 13
Conselheiro – Jorge Alberto Lopes Sousa – Sócio n.º 397

Direcção

Presidente – Américo António de Lima Alves – Sócio n.º 10
Presidente Adjunto – David Alcino da Silva Ferreira – Sócio n.º 3
Vice-presidente Tesoureiro e do Património – José Rodrigues dos Santos – Sócio n.º 162
Vice-presidente para os Sócios e Projectos – Maria José Costa de Carvalho e Sousa – Sócio n.º 170
Vogal – Susana Maria Faria da Silva – Sócio n.º 655
Vogal – Ricardo José Gomes da Silva – Sócio n.º 828
Vice-presidente para o Associativismo e Actividades Externas – Eduardo Eurico Faria Ribeiro Novo – Sócio n.º 4
Vice-presidente para o Apoio às Modalidades – Agostinho Faria da Costa – Sócio n.º 85
Vice-presidente para o Desporto – António Carlos Nascimento Costa – Sócio n.º 72
Vice-presidente para a Montanha – Pedro Alexandre da Costa Alves – Sócio n.º 2
Vice-presidente para o Pedestrianismo – João Carlos Faria Gomes – Sócio n.º 375
Vice-presidente para a Orientação – Jorge Martins da Silva – Sócio n.º 837
Vice-presidente para a Canoagem – António Luís Carvalho Fernandes – Sócio n.º 399
Vice-presidente para o Rafting – José Carlos Pereira Araújo – Sócio n.º 266
Vice-presidente para o Ciclismo – Vladimiro Cledónio Tomé Alves – Sócio n.º 330
Vogal para o Trial Bike – Mário Jorge Carvalho Fonseca – Sócio n.º 615
Vogal para o Paintball – Mário Azevedo Simões – Sócio n.º 20
Vogal para o Paintball – Rogério Faria Evangelista de Lima – Sócio n.º 88
Vogal para o BTT – Adelino José Miranda de Brito – Sócio n.º 411
Vogal para o BTT – Nuno Miguel Magalhães Martins – Sócio n.º 1135
Vogal para o BTT – Nuno André Miranda de Brito – Sócio n.º 530
Vogal para o BTT – Artur Silva Martins – Sócio n.º 620
Vogal para o BTT – Manuel Carlos Oliveira Ferreira – Sócio n.º 951
Vogal para a Canoagem – José Miguel Fernandes Rodrigues da Silva – Sócio n.º 576
Vogal para a Canoagem – João Pedro Cordeiro Queirós Cruz – Sócio n.º 398
Vogal para a Montanha – José Carlos Rodrigues Peixoto – Sócio n.º 211
Vogal para a Montanha – Marco Sebastião Dourado Barreto – Sócio n.º 475
Vogal para a Orientação – Leandro André Vieira Lima – Sócio n.º 1031
Vogal para o Pedestrianismo – Palmira Rosa Caridade – Sócio n.º 714
Vogal para o Pedestrianismo – António Sérgio Castro Magalhães – Sócio n.º 927
Vogal para o Rafting – Flávio António Neiva Alves – Sócio n.º 42



Equipa BTT

As modalidades de competição dos Amigos da Montanha estão enriquecidas com mais uma equipa. Nelson e Tiago Sousa representarão as cores da Associação em BTT, disputando o Campeonato Nacional e a Taça de Portugal de XCM na categoria de elites/sub23. Os atletas barcelenses participarão nos Campeonatos Regionais do Minho e do Porto. Nelson Sousa foi o vencedor da última edição da Taça de Portugal de Maratonas.



Sensibilização Ambiental

A Sustentabilidade será o mote para a actividade de Sensibilização Ambiental que os Amigos da Montanha promovem a 31 de Março. No centro de Barcelos, haverá a entrega gratuita de árvores e de um utensílio que ajuda a promover a reciclagem. Paralelamente, a actividade terá uma acção ambiental prática, através da limpeza dos terrenos do Monte da Franqueira. Junta-te aos Amigos da Montanha e colabora nesta acção ambiental.

centro optico iberico

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

Carnes Landeiro

O sabor tradicional

Rua de Landeiro
Silveiros | Barcelos
Apartado 11 | EC Nine | 4776-909 Nine
Tel.: 252 960 100 | Fax.: 252 961 061
www.carneslandeiro.pt

barceltécnica

hipertécnica

NANTA

Arlindo Miranda Rosa

Rações - Adubos - Sementes
Agroquímicos

E.N. 103, Eira, D. Ana Palmeira
4750 - 593 Esposende
Tif/Fax 253 962 765

PNEUS & ESCAPES BARCELINHOS
COMÉRCIO DE ESCAPES E PNEUS, LDA.

Novas Instalações. Visite-nos.

FLORES COM AMOR
TUDO EM ARTE FLORAL

Fátima Araújo
Rua Cândido da Cunha
Edif. Fabrica Barcelense 152 B - R/C
4750-276 Barcelos
Tel/Fax 253 891 060
Tele 918 174 029
florescomamor@clix.pt

ACE
MATERIAIS DE CONSTRUÇÃO



ACTIVIDADES



JANEIRO

- 15 – Rafting no Paiva**
Espunça/Travanca – Castelo de Paiva
- 21 – Percurso Pedestre**
Ponte da Barca
- 21 e 22 – Iniciação ao Ski e aperfeiçoamento**
San Isidro
- 28 – Escola de Downhill I**
Barcelos

FEVEREIRO

- 11 – Rafting no Tâmega**
Celorico/Chapa – Celorico de Basto
- 18 – Percurso Pedestre**
Fafe
- 25 – Canoagem no Rio Neiva**
Balugães – Fragoso
- 25 e 26 – Estágio Invernal**
Face Norte Peña Ubiña
- 4 e 5 – Alpinismo I**
Cantábria

MARÇO

- 4 – Ecovia do Rio Lima - Cicloturismo**
Ponte de Lima / Ponte da Barca
- 3 – Prova de Orientação Desporto Escolar**
Caminha
- 10 – BTT Trilho dos Moinhos**
Barcelos
- 17 – Downhill para Todos II**
Barcelos
- 17 – Percurso Pedestre**
Montalegre
- 18 – Rafting Paiva**
Vau/Espunça – Castelo de Paiva
- 24 – Canoagem no Rio Neiva**
Fragoso – S. Paio de Antas
- 24 e 25 – Curso Monitor Média Montanha**
A designar
- 24 e 25 – Marcha Travessia I**
A designar
- 31 – Aventura Colorida Paintball**
Barcelos
- 31 – Sensibilização Ambiental**
Barcelos

ABRIL

- 15 – Ciclovía Vale do Corgo - Cicloturismo**
- 14 – Rafting no Tâmega**
- 21 – Percurso Pedestre Ponte de Lima**
- 21 – Curso de Esquimotagem**
- 22 – Orientação Franqueira**
- 28 – Caminhada para crianças**
- 28 – Guerra dos Cravos – Paintball**
- 29 – 1ª Taça de Portugal – Trial Bike**
- 14 e 15 – Marcha Travessia II**

facebook



Segue-nos no facebook. Partilha opiniões, fotos das actividades e outras informações de interesse para a vida associativa.



Clínica Informática Barcelos
Centro Comercial do Terço
Loja 46 - 1º Andar
4750-279 Barcelos

Contactos
253 102 537
961 143 492

www.clinicainformatica.pt

Confeitaria - Restaurante - Cervejaria



Jornadas Desporto Aventura

No dia 26 de Novembro um excelente painel de oradores esteve presente no Auditório dos Paços do Concelho de Barcelos para falar de Desportos Aventura.

Os atletas dos AM Jorge Fonseca e Eduardo Torres, que falaram sobre a modalidade de Trial-Bike, o ultra maratonista Carlos Sá e, ainda, André Pinto e Pedro Lourenço, betetistas portugueses que participaram na ABSA Cape Epic, uma prova de BTT de longa distância que decorre anualmente na África do Sul, foram os convidados da primeira parte das Jornadas.

Depois do almoço, os participantes ficaram a conhecer a Expedição ao Kilimanjaro realizada em Agosto pelos elementos da secção de Montanha.

O nadador Miguel Arrobas apresentou diversos desafios em águas abertas, destacando a Travessia do Canal da Mancha, do Estreito de Gibraltar e a Travessia à volta de Manhattan em 7h46m.

Salvador Calvo, ultra maratonista espanhol reconhecido internacionalmente pela vasta carreira de corridas em montanha, falou das suas participações em grandes provas mundiais da modalidade. As jornadas terminaram com chave de ouro. O alpinista João Garcia presenteou os ouvintes com as histórias do seu último projecto: escalar as 14 montanhas com mais de 8 000 metros sem recurso a oxigénio artificial nem carregadores de altitude.

Sócios

O Regulamento aprovado em Assembleia-Geral de 25 de Novembro último trouxe alterações no valor de quotas para familiares de associados e para crianças. Assim, no caso de um sócio efectivo individual proposto ser familiar directo em 1.º grau de outro já inscrito, e que possua as quotas regularizadas, fica isento da jóia de inscrição. No caso do sócio proposto ter idade entre 14 e 18 anos fica isento da jóia de inscrição e se tiver menos de 14 anos fica isento da jóia e o valor da quota é de 50% do valor estipulado.

Faz-te sócio e traz um amigo contigo.

Ultra Trail AM

O Ultra Trail tornou-se já num dos grandes eventos dos AM. No dia 27 de Novembro, 400 participantes percorreram trilhos elogiados por todos, quer pelas características técnicas, quer pela beleza da paisagem à qual ninguém ficou indiferente. Esta actividade foi aceite para integrar a lista de provas qualificativas para o maior evento do mundo na modalidade: o Ultra Trail do Monte Branco (França). Todos os atletas que terminaram o Ultra Trail (52km) em 2011 têm garantido um ponto para o UTMB.