

IDía 27 Viernes
JORDI TOSSAS ROBERT

Blanes, Girona, 1968.

Guía de Alta montaña UIAGM, Técnico Superior en deportes de Montaña y Escalada, teniendo, además, el Certificado de Medicina de Montaña y Rescate. Es director técnico de la compañía de guías y jefe de estudios de la Escuela de Montaña, en Benasque. Uno de los mejores alpinistas españoles de los últimos tiempos. Practica todas las modalidades de la montaña a alto nivel, desde el descenso en tabla de show, el telemark, el mixto deportivo, el bloque, la escalada en hielo y roca, las grandes vías alpinas o los ascensos a las montañas más grandes de la Tierra. Lleva 14 años ejerciendo como guía de montaña donde combina actividades de iniciación al montañismo con el guiado de grandes escaladas. Posee numerosos hitos deportivos como por ejemplo, primeros descensos nacionales en tabla de snow, Cho Oyu. Participa en la expedición de la primera repetición mundial de Magic Line al K2, rutas nuevas como la cara norte del Everest, Asgard Tower en la Isla de Baffin, la cara W de Siula Chico en Perú, así como la primera travesía en solitario del campo de hielo Patagónico Sur, o el primer intento mundial de la cara W del Cerro Torre (Patagonia) en solitario. También ha participado en campañas antárticas haciendo realidad uno de sus sueños de niño.

PROYECCIÓN.

Un camino entre las piedras -alpinismo extremo alrededor del mundo Alpinismo extremo alrededor del mundo es un viaje entre las piedras, unas veces grandes, otras más pequeñas, algunas veces llegando a sus cimas y otras viviendo los caminos que llevan a ellas. Pero lo más importante del camino es que es un camino al corazón del alpinismo desde el corazón de un alpinista, "Mi corazón, mi visión, ni la buena ni la mala, una más para compartir". Vietnam, Tibet, India, Alaska, Colombia, Patagonia, Marruecos, Nepal, Pakistan, boulder, snowboard, ski, alpinismo, telemark, dry tooling, extremo, alpino,... Del boulder a los descensos extremos en el K2, Broad Peak, Everest, Shivling, nuevas vías en Andes, Himalaya.

EXPOSICIÓN DE FOTOGRAFÍA
 Por
Francisco Expósito

39 Años promocionando el Deporte de la montaña
 Colabora con nuestra revista, *Gistredo*
 envíanos tus artículos

COLABORADORES



Ayto. de Bembibre
Concejalía de Deportes

Hnos. RIVERA
 C/ Quevedo, 2
 BEMBIBRE

PURA VIDA
 C/ Mateo Garza, 35
 PONFERRADA

HORMIGONES **EXCAVACIONES Y ARIDOS**



CONSTRUCCIONES
Sindo Castro, s.a.
 PLANTAS DE HORMIGÓN

OFICINAS:
 C/100 001
 C/100 002
 C/100 003
 C/100 004
 C/100 005
 C/100 006
 C/100 007
 C/100 008
 C/100 009
 C/100 010
 C/100 011
 C/100 012
 C/100 013
 C/100 014
 C/100 015
 C/100 016
 C/100 017
 C/100 018
 C/100 019
 C/100 020
 C/100 021
 C/100 022
 C/100 023
 C/100 024
 C/100 025
 C/100 026
 C/100 027
 C/100 028
 C/100 029
 C/100 030
 C/100 031
 C/100 032
 C/100 033
 C/100 034
 C/100 035
 C/100 036
 C/100 037
 C/100 038
 C/100 039
 C/100 040
 C/100 041
 C/100 042
 C/100 043
 C/100 044
 C/100 045
 C/100 046
 C/100 047
 C/100 048
 C/100 049
 C/100 050
 C/100 051
 C/100 052
 C/100 053
 C/100 054
 C/100 055
 C/100 056
 C/100 057
 C/100 058
 C/100 059
 C/100 060
 C/100 061
 C/100 062
 C/100 063
 C/100 064
 C/100 065
 C/100 066
 C/100 067
 C/100 068
 C/100 069
 C/100 070
 C/100 071
 C/100 072
 C/100 073
 C/100 074
 C/100 075
 C/100 076
 C/100 077
 C/100 078
 C/100 079
 C/100 080
 C/100 081
 C/100 082
 C/100 083
 C/100 084
 C/100 085
 C/100 086
 C/100 087
 C/100 088
 C/100 089
 C/100 090
 C/100 091
 C/100 092
 C/100 093
 C/100 094
 C/100 095
 C/100 096
 C/100 097
 C/100 098
 C/100 099
 C/100 100
 C/100 101
 C/100 102
 C/100 103
 C/100 104
 C/100 105
 C/100 106
 C/100 107
 C/100 108
 C/100 109
 C/100 110
 C/100 111
 C/100 112
 C/100 113
 C/100 114
 C/100 115
 C/100 116
 C/100 117
 C/100 118
 C/100 119
 C/100 120
 C/100 121
 C/100 122
 C/100 123
 C/100 124
 C/100 125
 C/100 126
 C/100 127
 C/100 128
 C/100 129
 C/100 130
 C/100 131
 C/100 132
 C/100 133
 C/100 134
 C/100 135
 C/100 136
 C/100 137
 C/100 138
 C/100 139
 C/100 140
 C/100 141
 C/100 142
 C/100 143
 C/100 144
 C/100 145
 C/100 146
 C/100 147
 C/100 148
 C/100 149
 C/100 150
 C/100 151
 C/100 152
 C/100 153
 C/100 154
 C/100 155
 C/100 156
 C/100 157
 C/100 158
 C/100 159
 C/100 160
 C/100 161
 C/100 162
 C/100 163
 C/100 164
 C/100 165
 C/100 166
 C/100 167
 C/100 168
 C/100 169
 C/100 170
 C/100 171
 C/100 172
 C/100 173
 C/100 174
 C/100 175
 C/100 176
 C/100 177
 C/100 178
 C/100 179
 C/100 180
 C/100 181
 C/100 182
 C/100 183
 C/100 184
 C/100 185
 C/100 186
 C/100 187
 C/100 188
 C/100 189
 C/100 190
 C/100 191
 C/100 192
 C/100 193
 C/100 194
 C/100 195
 C/100 196
 C/100 197
 C/100 198
 C/100 199
 C/100 200
 C/100 201
 C/100 202
 C/100 203
 C/100 204
 C/100 205
 C/100 206
 C/100 207
 C/100 208
 C/100 209
 C/100 210
 C/100 211
 C/100 212
 C/100 213
 C/100 214
 C/100 215
 C/100 216
 C/100 217
 C/100 218
 C/100 219
 C/100 220
 C/100 221
 C/100 222
 C/100 223
 C/100 224
 C/100 225
 C/100 226
 C/100 227
 C/100 228
 C/100 229
 C/100 230
 C/100 231
 C/100 232
 C/100 233
 C/100 234
 C/100 235
 C/100 236
 C/100 237
 C/100 238
 C/100 239
 C/100 240
 C/100 241
 C/100 242
 C/100 243
 C/100 244
 C/100 245
 C/100 246
 C/100 247
 C/100 248
 C/100 249
 C/100 250
 C/100 251
 C/100 252
 C/100 253
 C/100 254
 C/100 255
 C/100 256
 C/100 257
 C/100 258
 C/100 259
 C/100 260
 C/100 261
 C/100 262
 C/100 263
 C/100 264
 C/100 265
 C/100 266
 C/100 267
 C/100 268
 C/100 269
 C/100 270
 C/100 271
 C/100 272
 C/100 273
 C/100 274
 C/100 275
 C/100 276
 C/100 277
 C/100 278
 C/100 279
 C/100 280
 C/100 281
 C/100 282
 C/100 283
 C/100 284
 C/100 285
 C/100 286
 C/100 287
 C/100 288
 C/100 289
 C/100 290
 C/100 291
 C/100 292
 C/100 293
 C/100 294
 C/100 295
 C/100 296
 C/100 297
 C/100 298
 C/100 299
 C/100 300
 C/100 301
 C/100 302
 C/100 303
 C/100 304
 C/100 305
 C/100 306
 C/100 307
 C/100 308
 C/100 309
 C/100 310
 C/100 311
 C/100 312
 C/100 313
 C/100 314
 C/100 315
 C/100 316
 C/100 317
 C/100 318
 C/100 319
 C/100 320
 C/100 321
 C/100 322
 C/100 323
 C/100 324
 C/100 325
 C/100 326
 C/100 327
 C/100 328
 C/100 329
 C/100 330
 C/100 331
 C/100 332
 C/100 333
 C/100 334
 C/100 335
 C/100 336
 C/100 337
 C/100 338
 C/100 339
 C/100 340
 C/100 341
 C/100 342
 C/100 343
 C/100 344
 C/100 345
 C/100 346
 C/100 347
 C/100 348
 C/100 349
 C/100 350
 C/100 351
 C/100 352
 C/100 353
 C/100 354
 C/100 355
 C/100 356
 C/100 357
 C/100 358
 C/100 359
 C/100 360
 C/100 361
 C/100 362
 C/100 363
 C/100 364
 C/100 365
 C/100 366
 C/100 367
 C/100 368
 C/100 369
 C/100 370
 C/100 371
 C/100 372
 C/100 373
 C/100 374
 C/100 375
 C/100 376
 C/100 377
 C/100 378
 C/100 379
 C/100 380
 C/100 381
 C/100 382
 C/100 383
 C/100 384
 C/100 385
 C/100 386
 C/100 387
 C/100 388
 C/100 389
 C/100 390
 C/100 391
 C/100 392
 C/100 393
 C/100 394
 C/100 395
 C/100 396
 C/100 397
 C/100 398
 C/100 399
 C/100 400
 C/100 401
 C/100 402
 C/100 403
 C/100 404
 C/100 405
 C/100 406
 C/100 407
 C/100 408
 C/100 409
 C/100 410
 C/100 411
 C/100 412
 C/100 413
 C/100 414
 C/100 415
 C/100 416
 C/100 417
 C/100 418
 C/100 419
 C/100 420
 C/100 421
 C/100 422
 C/100 423
 C/100 424
 C/100 425
 C/100 426
 C/100 427
 C/100 428
 C/100 429
 C/100 430
 C/100 431
 C/100 432
 C/100 433
 C/100 434
 C/100 435
 C/100 436
 C/100 437
 C/100 438
 C/100 439
 C/100 440
 C/100 441
 C/100 442
 C/100 443
 C/100 444
 C/100 445
 C/100 446
 C/100 447
 C/100 448
 C/100 449
 C/100 450
 C/100 451
 C/100 452
 C/100 453
 C/100 454
 C/100 455
 C/100 456
 C/100 457
 C/100 458
 C/100 459
 C/100 460
 C/100 461
 C/100 462
 C/100 463
 C/100 464
 C/100 465
 C/100 466
 C/100 467
 C/100 468
 C/100 469
 C/100 470
 C/100 471
 C/100 472
 C/100 473
 C/100 474
 C/100 475
 C/100 476
 C/100 477
 C/100 478
 C/100 479
 C/100 480
 C/100 481
 C/100 482
 C/100 483
 C/100 484
 C/100 485
 C/100 486
 C/100 487
 C/100 488
 C/100 489
 C/100 490
 C/100 491
 C/100 492
 C/100 493
 C/100 494
 C/100 495
 C/100 496
 C/100 497
 C/100 498
 C/100 499
 C/100 500
 C/100 501
 C/100 502
 C/100 503
 C/100 504
 C/100 505
 C/100 506
 C/100 507
 C/100 508
 C/100 509
 C/100 510
 C/100 511
 C/100 512
 C/100 513
 C/100 514
 C/100 515
 C/100 516
 C/100 517
 C/100 518
 C/100 519
 C/100 520
 C/100 521
 C/100 522
 C/100 523
 C/100 524
 C/100 525
 C/100 526
 C/100 527
 C/100 528
 C/100 529
 C/100 530
 C/100 531
 C/100 532
 C/100 533
 C/100 534
 C/100 535
 C/100 536
 C/100 537
 C/100 538
 C/100 539
 C/100 540
 C/100 541
 C/100 542
 C/100 543
 C/100 544
 C/100 545
 C/100 546
 C/100 547
 C/100 548
 C/100 549
 C/100 550
 C/100 551
 C/100 552
 C/100 553
 C/100 554
 C/100 555
 C/100 556
 C/100 557
 C/100 558
 C/100 559
 C/100 560
 C/100 561
 C/100 562
 C/100 563
 C/100 564
 C/100 565
 C/100 566
 C/100 567
 C/100 568
 C/100 569
 C/100 570
 C/100 571
 C/100 572
 C/100 573
 C/100 574
 C/100 575
 C/100 576
 C/100 577
 C/100 578
 C/100 579
 C/100 580
 C/100 581
 C/100 582
 C/100 583
 C/100 584
 C/100 585
 C/100 586
 C/100 587
 C/100 588
 C/100 589
 C/100 590
 C/100 591
 C/100 592
 C/100 593
 C/100 594
 C/100 595
 C/100 596
 C/100 597
 C/100 598
 C/100 599
 C/100 600
 C/100 601
 C/100 602
 C/100 603
 C/100 604
 C/100 605
 C/100 606
 C/100 607
 C/100 608
 C/100 609
 C/100 610
 C/100 611
 C/100 612
 C/100 613
 C/100 614
 C/100 615
 C/100 616
 C/100 617
 C/100 618
 C/100 619
 C/100 620
 C/100 621
 C/100 622
 C/100 623
 C/100 624
 C/100 625
 C/100 626
 C/100 627
 C/100 628
 C/100 629
 C/100 630
 C/100 631
 C/100 632
 C/100 633
 C/100 634
 C/100 635
 C/100 636
 C/100 637
 C/100 638
 C/100 639
 C/100 640
 C/100 641
 C/100 642
 C/100 643
 C/100 644
 C/100 645
 C/100 646
 C/100 647
 C/100 648
 C/100 649
 C/100 650
 C/100 651
 C/100 652
 C/100 653
 C/100 654
 C/100 655
 C/100 656
 C/100 657
 C/100 658
 C/100 659
 C/100 660
 C/100 661
 C/100 662
 C/100 663
 C/100 664
 C/100 665
 C/100 666
 C/100 667
 C/100 668
 C/100 669
 C/100 670
 C/100 671
 C/100 672
 C/100 673
 C/100 674
 C/100 675
 C/100 676
 C/100 677
 C/100 678
 C/100 679
 C/100 680
 C/100 681
 C/100 682
 C/100 683
 C/100 684
 C/100 685
 C/100 686
 C/100 687
 C/100 688
 C/100 689
 C/100 690
 C/100 691
 C/100 692
 C/100 693
 C/100 694
 C/100 695
 C/100 696
 C/100 697
 C/100 698
 C/100 699
 C/100 700
 C/100 701
 C/100 702
 C/100 703
 C/100 704
 C/100 705
 C/100 706
 C/100 707
 C/100 708
 C/100 709
 C/100 710
 C/100 711
 C/100 712
 C/100 713
 C/100 714
 C/100 715
 C/100 716
 C/100 717
 C/100 718
 C/100 719
 C/100 720
 C/100 721
 C/100 722
 C/100 723
 C/100 724
 C/100 725
 C/100 726
 C/100 727
 C/100 728
 C/100 729
 C/100 730
 C/100 731
 C/100 732
 C/100 733
 C/100 734
 C/100 735
 C/100 736
 C/100 737
 C/100 738
 C/100 739
 C/100 740
 C/100 741
 C/100 742
 C/100 743
 C/100 744
 C/100 745
 C/100 746
 C/100 747
 C/100 748
 C/100 749
 C/100 750
 C/100 751
 C/100 752
 C/100 753
 C/100 754
 C/100 755
 C/100 756
 C/100 757
 C/100 758
 C/100 759
 C/100 760
 C/100 761
 C/100 762
 C/100 763
 C/100 764
 C/100 765
 C/100 766
 C/100 767
 C/100 768
 C/100 769
 C/100 770
 C/100 771
 C/100 772
 C/100 773
 C/100 774
 C/100 775
 C/100 776
 C/100 777
 C/100 778
 C/100 779
 C/100 780
 C/100 781
 C/100 782
 C/100 783
 C/100 784
 C/100 785
 C/100 786
 C/100 787
 C/100 788
 C/100 789
 C/100 790
 C/100 791
 C/100 792
 C/100 793
 C/100 794
 C/100 795
 C/100 796
 C/100 797
 C/100 798
 C/100 799
 C/100 800
 C/100 801
 C/100 802
 C/100 803
 C/100 804
 C/100 805
 C/100 806
 C/100 807
 C/100 808
 C/100 809
 C/100 810
 C/100 811
 C/100 812
 C/100 813
 C/100 814
 C/100 815
 C/100 816
 C/100 817
 C/100 818
 C/100 819
 C/100 820
 C/100 821
 C/100 822
 C/100 823
 C/100 824
 C/100 825
 C/100 826
 C/100 827
 C/100 828
 C/100 829
 C/100 830
 C/100 831
 C/100 832
 C/100 833
 C/100 834
 C/100 835
 C/100 836
 C/100 837
 C/100 838
 C/100 839
 C/100 840
 C/100 841
 C/100 842
 C/100 843
 C/100 844
 C/100 845
 C/100 846
 C/100 847
 C/100 848
 C/100 849
 C/100 850
 C/100 851
 C/100 852
 C/100 853
 C/100 854
 C/100 855
 C/100 856
 C/100 857
 C/100 858
 C/100 85

Día 23 Lunes

Roberto de Paz López

León – 1972 Veterinario de profesión

Ha escalado y realizado ascensiones en los principales macizos y cordilleras del país.

Aperturista de numerosas vías de escalada en roca e invernales, destacando la apertura en el Pico Cortes, Picos de Europa, de la vía “Cuarto Menguante”.

Escala también en los Alpes y Noruega (Rujkan) hasta grado 5 en hielo.

Expediciones al Himalaya nepalí donde realiza el trekking de Solo Kumbu y las ascensiones a los picos Kala Patar, de 5.545 m e Imja Tse (Island Peak), de 6.189m, al pico Spantik (7027m), en el Karakorum Paquistaní, sin la ayuda de porteadores de altura.

En el mismo estilo en octubre del 2006 expedición al Ama Dablam 6856m..

Fotógrafo de montaña aficionado, ha proyectado audiovisuales divulgativos en diferentes salas de León, Ponferrada, Asturias y Madrid.

PROYECCIÓN

Ama Dablam. La inescalable.

El Ama Dablam, con 6.856 m. es considerada como una de las cimas más hermosas y difíciles del planeta.

Roberto nos trae una película directa, sincera y divertida. Cincuenta minutos de himalayismo libre, ellos no se imaginaban lo cerca que estaban de cumplir sus sueños hasta que se pusieron a ello y ahora nos traen las imágenes de este esbelto colmillo, que puede vender muy cara su ascensión.

Día 24 Martes

Carlos Buhler

New York. 1954.

Guía de Montaña. Licenciado en Educación Ambiental y Ecología Humana por la Western Washinton University. Actualmente reside en Canmore; Alberta, Canadá.

Uno de los mejores alpinistas mundiales. Su carrera se alarga durante treinta y cinco años, con grandes ascensiones en los cinco continentes. Su objetivo es escalar las montañas más grandes con los medios técnicos y humanos más pequeños. Como muestra podemos citar la ascensión, en 1983, de la vertiente Kangshung del Monte Everest, la escalada más difícil a esta cumbre todavía hoy no repetida.

Enumerar sus escaladas y expediciones sería largísimo, solamente decir que ha visitado buena parte de las grandes cordilleras y ha realizado en todas ellas grandes escaladas de dificultad.

También destaca su faceta de fotógrafo, publicando en las mejores revistas de naturaleza y montaña mundiales, como National Geographic, así como su faceta de conferenciante en la que ejerce desde 1984.

PROYECCIÓN

1000 a 8000 metros: Exploración en Mundos de Montañismo Diversos.

Cuenta ocho historias cortas de una vía nueva o primera ascensión en montañas de entre mil y 8 mil metros. Se ponen de manifiesto las similitudes y diferencias obvias y sutiles en estas actividades tan diversas y tan comunes: incluyendo la preparación física y psicológica, la logística, y las necesidades financieras del equipo. Comienza con la Primera ascensión de La Aguja Rune, en Patagonia Argentina (1950m) y termina con la primera ascensión de la Cara Kangshung del Everest.

Día 25 Miércoles

Chris Sharma

1981. Estados Unidos.

Es, a fecha de hoy, el mejor y más carismático escalador de roca del mundo.

Empezó a escalar a los 12 años. Ya desde pequeño tenía mucho talento. A los 14 ganó su primer campeonato de escalada y hacía 8c+. Esto solo sería el principio, ya que en la actualidad posee la mayoría de las ascensiones más duras del mundo. Al encadenar Realization y La Rambla Original, en 2006, fue el único escalador en ascender las dos propuestas de 9a+ confirmadas. También tiene muchos problemas de boulder resueltos como Witness the Fitness, posible 8c de bloque, a la espera de ser repetido.

Últimamente ha graduado alguna de las vías que ha encadenado como 9b, por ejemplo Jumbo Love y Golpe de Estado.

En la modalidad de psicobloc, escalada sin cuerda en acantilados sobre el mar, encadena en un arco de roca impresionante la vía As Pontas, en Mallorca, considerada la de mayor dificultad de la historia, se cree que es un 9b+.

PROYECCIÓN

Viviendo el Sueño

Vivir el sueño de encadenar las rutas de escalada en roca más duras del mundo. Viajar por todo el planeta acometiendo los desafíos más radicales.

Contar, transmitir la fuerza y la motivación que son necesarias para encadenar uno tras otro los proyectos propios y los de otros escaladores punteros.

Sharma vive desde hace años en Cataluña, donde tal vez, esté la mayor concentración de vías duras del mundo, como buen conocedor de la roca española y mundial nos llevará en un viaje alucinante sobre las mejores rutas.

Día 26 Jueves

Paco Sánchez, alias Pako Crestas

Desde los dieciséis años vive una constante pasión por el mundo de las montañas. Profundamente enamorado del Pirineo, ha ascendido a gran número de cumbres, tanto escalando como caminando. Sus escenarios más frecuentes son los Pirineos Orientales y Centrales, Montserrat y el Pre-pirineo catalán (Oliana – Montsec). También ha realizado diferentes viajes para practicar la escalada y el alpinismo en diferentes cordilleras del planeta. Alpes, Sierra Nevada, Gredos, Dolomitas, Córcega, Alto Atlas, Todra (Marruecos), Aconcagua (Andes Centrales), Meteora (Grecia), Quebec, Jordania, Rocosas de Canadá, Escocia, Colorado (USA), Alaska, Apalaches, Kirguizistán, macizo de San Lorenzo (Patagonia) y Solo Khumbu (Himalaya de Nepal), Cordillera Real (Bolivia). Desde hace un tiempo sus viajes de escalada los combina con ascensiones a volcanes: México, Sur de Bolivia, Etna (Sicilia), Marmolejo (Chile) Madeira, Canarias, Damavand (Irán) y travesías árticas (Mar Báltico – Tornetrask).

Ha publicado más de sesenta reportajes en revistas especializadas, ha pronunciado más de 180 conferencias – audiovisuales y colabora con empresas especializadas en material de montaña y organización de expediciones. Este es su décimo libro (ha editado tres guías de montañismo, cinco de escalada, un ensayo de poesía y una novela autobiográfica).

Más información en la web www.pakocrestas.com

PROYECCIÓN

Doctor Crestas Festival

Veremos un circuito por los principales cordales del Pirineo.

Un aéreo viaje del Mediterráneo al Atlántico por las mejores aristas clásicas y también algunas desconocidas pero muy interesantes.