

# VENCIENDO LA GRAVEDAD

1. - MIS DESEOS
2. - ¿POR QUÉ QUIERO VENCER LA GRAVEDAD?
3. - EL ALPINISMO O MONTAÑISMO
4. - ¿QUÉ ES LA ESCALADA?
5. - TIPOS DE ESCALADA SEGÚN DONDE SE PRACTIQUE
6. - ¿QUÉ NECESITA UN BUEN ESCALADOR Y UNA BUENA ESCALADORA?





1. - MIS DESEOS

Me gustaría ser una gata,  
o un gato,  
o una gineta...



País: Panamá

Emisión: 3/2/1967

Motivo: Gato

Serie: Animales domésticos



Tarjeta máxima emitida el  
30 de enero de 1997  
Motivo: Gineta



o una lagartija para poder escalar con facilidad y así vencer la gravedad.



Como no puedo ser uno de estos animales me voy a dedicar a escalar





## 2. - ¿POR QUÉ QUIERO VENCER LA GRAVEDAD?

La gravedad es la fuerza que sobre todos los cuerpos ejercen la tierra u otro planeta y por eso desde pequeños nos caemos e intentamos levantarnos para vencerle.





Cuando sabemos caminar, queremos saltar.





Cuando sabemos saltar, queremos escalar y así ir venciendo la gravedad.





### 3. - EL ALPINISMO O MONTAÑISMO

El alpinismo o montañismo es el arte de escalar cumbres y paredes en terrenos rocosos o helados de alta montaña, en cualquier estación del año.





Se puede dividir en cuatro áreas que engloban diversas especialidades, algunas de las cuales se alejan de la definición estricta de ascender montañas:

1. Área de marcha: senderismo, excursionismo, expediciones



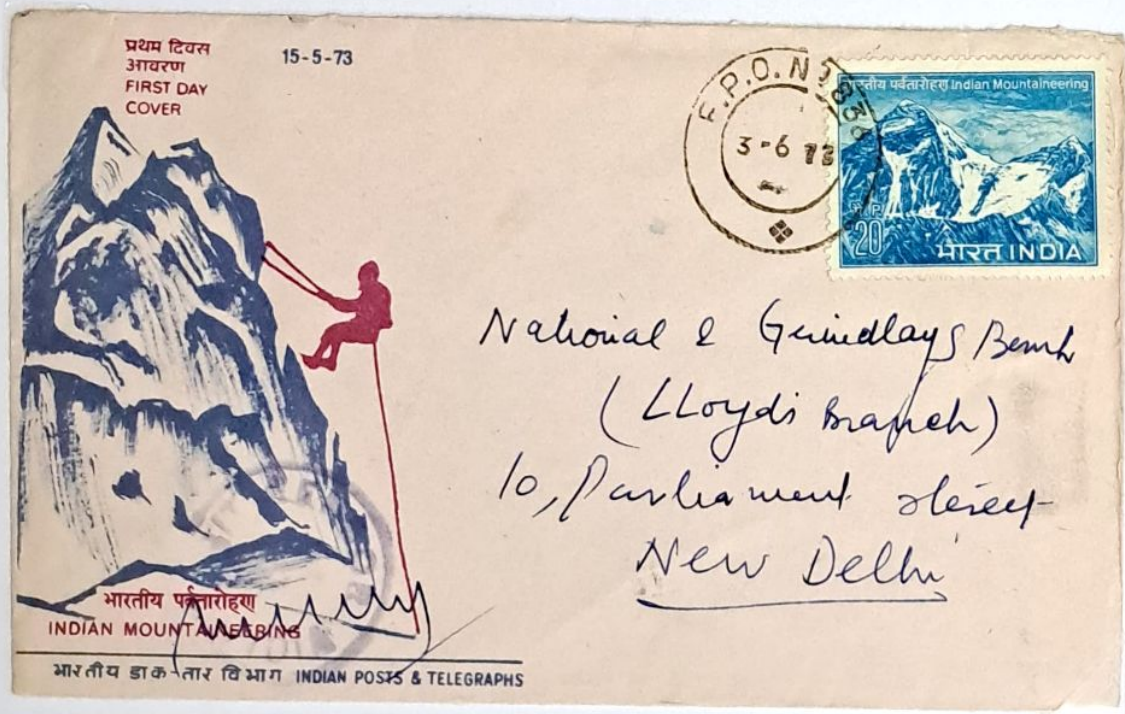
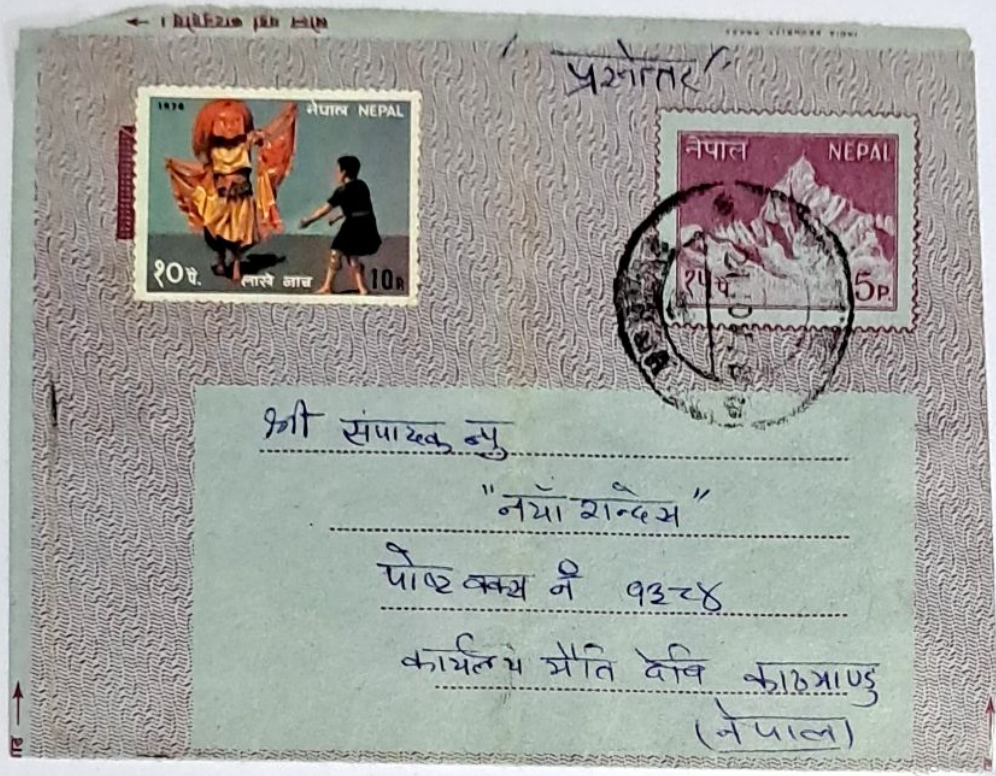
## Duke of Edinburgh Award

Overcoming the challenges of nature,  
young people build self confidence and fitness.



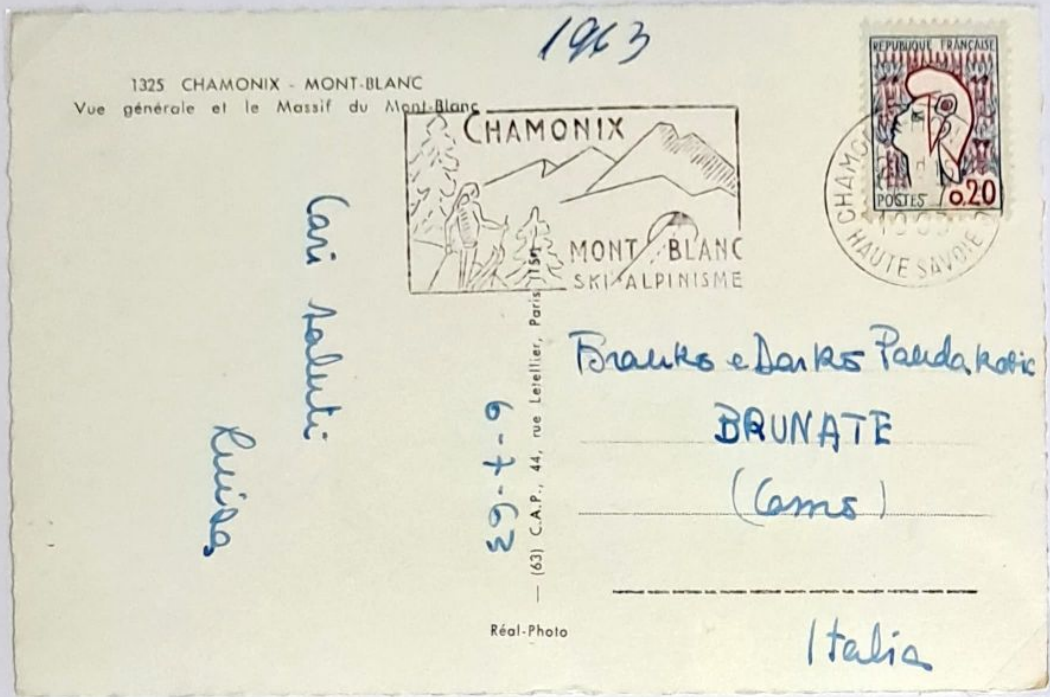


2. Área de escalada: escalada clásica, escalada deportiva y escalada en hielo





3. Área de resistencia: duatlón en montaña, media maratón de montaña y maratón de montaña.



4. Área de específicos: barranquismo, esquí de travesía, bicicleta de montaña, parapente "Hike & Fly".





4. - ¿QUÉ ES LA ESCALADA?

La escalada consiste en subir o recorrer paredes de roca laderas escarpadas u otros relieves.



**OUTWARD BOUND**  
**OUTWARD BOUND**  
**OUTWARD BOUND**

25th ANNIVERSARY OF OUTWARD BOUND AUSTRALIA

Australia 24c



**OUTWARD BOUND**  
**OUTWARD BOUND**  
**OUTWARD BOUND**

25th ANNIVERSARY OF OUTWARD BOUND AUSTRALIA

Australia 24c



Mr. B.P. Klunne  
% Menzies Sydney Hotel  
G.P.O. Box 5290  
Sydney, N.S.W. 2001



La escalada es un deporte completo que requiere el uso de ambas manos y brazos, las piernas y el tronco e importantes capacidades mentales.



### PARA LOS JÓVENES. Al filo de lo imposible



0093428

Hoja Bloque con 6 sellos y 6 viñetas emitida en España el 24 de octubre de 2005



## 5.- TIPOS DE ESCALADA SEGÚN DONDE SE PRACTIQUE

Escalada en hielo: Se desarrolla sobre hielo o nieve dura y exige el uso de equipamiento especial para la progresión como crampones y piolets.



Sobre entero postal emitido en la URSS el 9/9/1971. Diseño de A.Maleinov.



**Escalada mixta:** Alterna tramos de hielo, nieve y roca. Para progresar se utilizan técnicas y material tanto de escalada en hielo como de escalada en roca.



**SÉRGIO SIMOES**

tel. 262831248—fax. 262843293

Loja 1 - Rua Dr. Artur Figueira Rego, 25

2500-300 CALDAS DA RAINHA

tel. 217933596—tlm. 963871123

Loja 2 - Av. Óscar Monteiro Torres, 63

1000-263 LISBOA

[www.filsergiosimoes.com](http://www.filsergiosimoes.com)\*[filsergiosimoes@filsergiosimoes.com](mailto:filsergiosimoes@filsergiosimoes.com)



Luciano Lomba Vicente  
Silveira nº12  
36789 A Guarda  
SPAIN

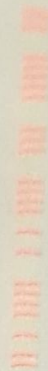


**Escalada en rocódromo:** Se realiza en paredes en las que se colocan presas artificiales con diferentes formas que simulan agarres del medio natural. Las presas suelen ser de resinas, aunque también se emplean otros materiales como madera, piedras, etc.

JACQUES BOIVIN  
37 Ancienne-Lorette, QC  
CANADA G2E 3M2



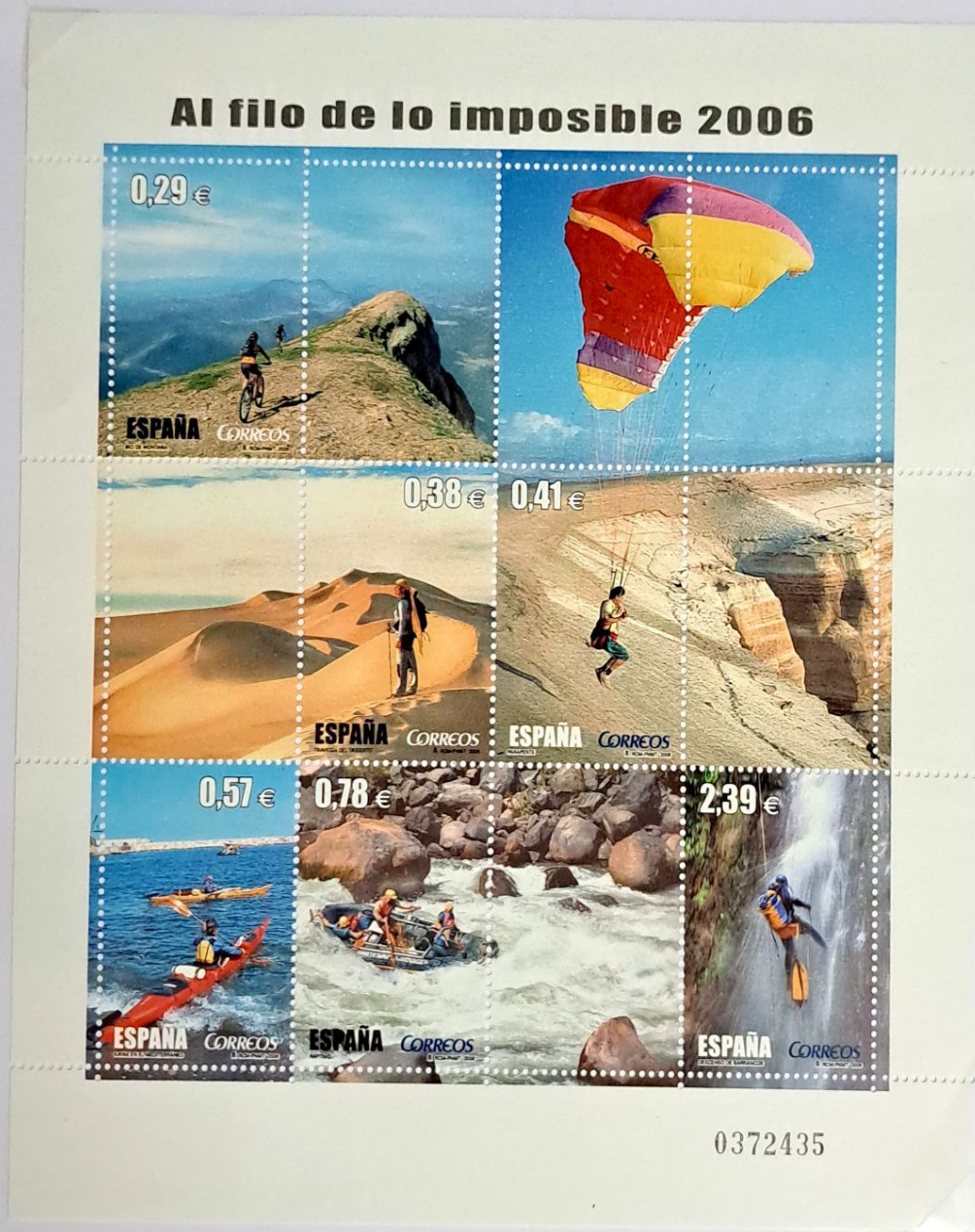
josean arbizu  
c/ tafalla 8  
31320 milagro, navarra  
Spain





6. - ¿QUÉ NECESITA UN BUEN ESCALADOR Y UNA BUENA ESCALADORA?

Necesita destreza, fuerza física y fuerza mental igual que para practicar cualquier deporte de riesgo



*Hoja Bloque con 6 sellos y 6 viñetas emitida en España el 22 de marzo de 2006*