

## TRASEE DE ALPINISM SPORTIV IN PRĂPĂSTIILE ZĂRNEȘTILOR

Prapastiile Zarnestilor reprezintă un impresionant defileu lung de 6 km situat în partea de nord-est a masivului Piatra Craiului. Accesul în defileu se face din localitățile Zărnești, Peștera. În apropierea cheilor se află situată cabana Curmătura, importantă bază de plecare în turele din Piatra Craiului. În plus, pereții ce mărginesc valea au o înălțime ce variază între 100 m și 200 m. Traseul prin Prăpăstii impresionează prin sălbăcia peisajului și spectaculozitatea pereților de stâncă în care alpiniștii au deschis numeroase trasee alpine. Cei care ajung aici vor fi impresionați de atracțiile turistice ale defileului: peșterile (peștera Mare din Prăpăstii, Peștera Mică din Prăpăstii) precum și cele câteva izbucuri, din care amintim Fântâna lui Botorog și Fântânile Domnilor.

**Tip rocă:** calcar

**Poziție GPS:** Latitudine: 45.523058°N

Longitudine: 25.273550°E

**Rezumat:** Ieșind din Zărnești prin partea de Sud-Vest, se ajunge în *Prăpăstiile Zărneștilor* în circa 30 de minute de mers pe jos. Se poate ajunge aici la fel de ușor fie mergând pe jos, fie cu mașina.

**Escalada:** Cheile au o lungime de 6km și sunt marginite de pereți impresionanți de calcar, predominând escalada pe fețe verticale.

**Echiparea:** Echiparea traseelor este foarte variată, datorită în principal răspândirii sectoarelor și a etapelor succesive de amenajare sau reamenajare. Traseele clasice sunt pe pitoane, iar cele de escaladă sportivă sunt pe spituri (mai noi sau mai vechi). Topurile sunt deasemenea foarte heterogene: pitoane sau spituri, unele consolidate, altele nu.

**Soare:** Cheile oferă sectoare umbrite de-a lungul întregii zile.

**Ploaie:** În timpul zilelor ploioase se poate practica escalada în sectorul *La Refugiu* ce este adăpostit de imensul perete surplombant. După îndelungi perioade de ploaie, se recomandă așteptarea până ce infiltrațiile se retrag de pe anumite trasee (în special în sectorul *Arcada*).

### **SECTORUL ȚANCUL UMBRIT**

**Acces:** La 200 de metri după ce se trece de barieră, pe partea dreaptă se vede sectorul *Țancul Umbrat*, unde sunt două trasee.

**Caracter:** Escaladă de față surplombantă.

**Echipare:** Spituri vechi. Topuri cu spituri neconsolidate.



Nume traseu	Frumusețe	Grad Dificultate UIAA	Înălțime	Descriere traseu
<b>1. Miorița</b>	1*	8-	18 m	Escaladă pe fața surplombantă în ușoară traversare diagonală către stânga.
<b>2. Ciobănașul</b>	1*	8-	18 m	Traseul se află imediat în dreapta celui anterior. Fața surplombantă. Același top cu traseul din stânga sa.

## SECTORUL ARCADA

**Caracter:** Acest sector are câteva trasee între gradele 7+ și 10+ (grade UIAA). Traseele sunt lungi, predominând escalada de față verticală. După perioadele ploioase, roca prezintă infiltrații ce se usucă greu.

**Echipare:** Amestec de spituri noi și vechi. Topuri cu lanț și inel, sau spituri consolidate. Traseele clasice sunt pe pitoane.



Nume traseu	Frumusețe	Grad Dificultate UIAA	Înălțime	Descriere traseu
<b>1.</b> Arcadei	3*	7+	22 m	Traseu susținut de fața verticală, cu pași succesivi pe riglete. Debutază cu câteva mișcări întinse și fine, după care urmează o secțiune deosebit de frumoasă. Porțiunea finală dinaintea de top nu mai pune nici un fel de probleme.
<b>2.</b> Falcon	2*	8-	17 m	Prima secțiune este cea mai dificilă (prize săpate). Greu de citit secvența de intrare la vedere. Urmează escalada de fața verticală cu riglete laterale. Are același top cu traseul "Arcadei".
<b>3.</b> Clopotul	1*	6-	30 m	Traseul de escaladă în stil clasic. Pornește din grotă în formă de clopot și continuă drept în sus pe fața. Atenție la regrupări și retragere, deoarece nu a fost întreținut.
<b>4.</b> Comet	Fantastic	9	25 m	Escalada debutează pe o porțiune surplombantă, însă cu prize mari. Urmează o mișcare întinsă ușor către stânga, după care se escaladează în bavareză o

				formațiune calcaroasa de forma unei coame. Ultima secțiune se desfășoară pe prize căzute. Traseu andurant.
<b>5. Meteor</b>	Fantastic	10/10+	37 m	Traseul este un 10 dificil. Unii sunt de parere ca gradul traseului este 10+. Pentru a lega acest traseu fără mișcări deosebit de grele, este nevoie de o anduranță deosebită. După prima secțiune susținută urmează un bun loc de odihnă. În continuare traseul crește în dificultate. Traseul este doar o idee surplombant, caracterizat de prize înțepate, laterale și inverse.
<b>6. Miercuri 30</b>	2*	10	32 m	Primul traseu de deasupra grotii. Escaladă directă a feței spălate.
<b>7. Biografia unei idei periculoase</b>	2*	10+/11-	38 m	Plecarea de pe brana de deasupra grotii, în partea sa centrală. Depășește succesiv două surplombe, după care continuă în sus pe față.
<b>8. Marilena</b>	1*	7-	3LC	Traseu în stil clasic. Plecarea de pe brana de deasupra grotii, imediat în dreapta traseului "Miercuri 30". Ocolește o primă surplombă, trece peste o a doua, după care continuă diagonal către dreapta.
<b>9. Surplomba</b>	2*	9+	8m	Traseul se desfășoară diagonal dreapta, de-a lungul buzei surplombeii înnegrite. Prize căzute.

<b>10.</b> 23 August	1*	6+	3LC	Traseu în stil clasic. Plecarea imediat din dreapta grotei. Traseul traversează brâna de deasupra, după care urmează linia diedrului rotunjit de deasupra.
<b>11.</b> Micron	2*	7+/8-	20 m	Traseul se află pe faleză vis-a-vis de traseul "Arcadei". Pentru acces se traversează râul. Pas în secțiunea mediană.
<b>12.</b> Super Glue	1*	10/10+	15 m	Traseu de aderență, după cum inspiră numele.

## SECTORUL HERCULES

**Acces:** De la sectorul *Arcada* se continuă în amonte pe drumul forestier. În mai puțin de 100 de metri, pe partea dreaptă, se vede tavanul impresionant al sectorului *Hercules*.

**Caracter:** Trasee tari ce trec un tavan impresionant.

**Echipare:** Spituri. Topuri cu spituri consolidate.



Nume traseu	Frumusețe	Grad Dificultate UIAA	Înălțime	Descriere traseu
<b>1.</b> Gladiator	1*	-	17 m	Traseul se desfășoară în extrema stângă a falezei.

<b>2.</b> Zoolander	1*	10-	15 m	Traseul este un 10- dificil. Anumiți cățărători sunt de părere că traseul are 10+. Traseu pe spate, pe buzunare.
<b>3.</b> Pitiu	Fantastic (top 10 rute)	8	13 m	Pasul înainte de top cu plecare dintr-o priză inversă către un prag bun, ușor căzut.
<b>4.</b> Italy (Trans Sexual)	2*	9+	12 m	Traseul pornește imediat din dreapta micului contrafort. Escaladă de față surplombantă.
<b>5.</b> Visu' lu' Tataie	2*	9+	12 m	Același top cu traseul din stânga sa.
<b>6.</b> Crux	2*	9+/10-	17 m	Escaladă pe spate susținută în prima parte, după care iese pe față.
<b>7.</b> Hugh	2*	9	17 m	Traseul are intrarea imediat în dreapta traseului "Crux". Se escaladează micul tavan, după care urmează o față spălată până în top.
<b>8.</b> Hercules	3*	8	20 m	Traseul pornește din marginea stânga a feței de sub tavan. Urmează muchia diagonal stânga, după care prinde buza tavanului către dreapta.
<b>9.</b> Highlander	Fantastic (top 10 rute)	9	17 m	Traseu de tavan excepțional. Deși nu sunt foarte mari, prizele sunt bune. Ieșirea din tavan necesită o mișcare acrobatică.

<b>10. Secera</b>	<b>1*</b>	<b>7</b>	<b>15 m</b>	Traseu de dry-tooling pe faleză vis-a-vis de traseul "Highlander".
<b>11. Ciocanul</b>	<b>1*</b>	<b>7</b>	<b>15 m</b>	Alt traseu vertical de dry-tooling pe faleză vis-a-vis de traseul "Highlander".

## SECTORUL ZE DIUD

**Caracter:** Trasee de față surplombantă. Deși sunt foarte des parcurse, roca este încă friabilă pe alocuri.

**Echipare:** Spituri. Topuri cu spituri neconsolidate.



Nume traseu	Frumusețe	Grad Dificultate UIAA	Înălțime	Descriere traseu
<b>1. Storkătoru' Bulgăresc</b>	<b>2*</b>	<b>7</b>	<b>15 m</b>	Plecare cu mișcări întinse. Atenție la roca friabilă! Urmează escalada unei fisuri orientată oblic-dreapta, iar apoi o ieșire pe prize mici (pas) în grotă de sub top. Până la top traseul nu mai pune nici un fel de probleme.
<b>2. Ze Diud</b>	<b>2*</b>	<b>8</b>	<b>15 m</b>	Escaladă de față surplombantă pe prize mici. Pasul este chiar sub top, care este greu de asigurat.

<b>3. Ordef</b>	2*	8+	20 m	Escaladă pe spate pe prize mici, urmată de o fisură surplombantă.
<b>4. Cucu' lu' Vasile</b>	2*	8+/9-	20 m	Traseul pleacă pe roca framântată din apropierea muchiei drepte a falezii. În partea superioară se escaladează o fisură surplombantă.

### SECTORUL GROTA

**Caracter:** Traseu a cărui escaladare este posibilă și pe timp de ploaie. Orientarea falezii este spre nord.



Nume traseu	Frumusețe	Grad Dificultate UIAA	Înălțime	Descriere traseu
<b>1. Bruno</b>	1*	7	15 m	Intrare pe prize laterale ușor către stânga (anumite prize sunt ascunse privirii). Urmează pasul (prize căzute), după care se iese pe o mică brână la echilibru. Încă o mișcare pe prize laterale înainte de a ajunge în top.



<b>2. Gruia</b>	<b>1*</b>	<b>7-</b>	<b>15 m</b>	<b>Intrare în opoziție pe prize mari. Urmează pasul cu mișcări fine pe prize laterale și inverse. Se iese pe o brână comodă, după care urmează o mișcare iar apoi topul.</b>
<b>3. Gușatu'</b>	<b>2*</b>	<b>6+</b>	<b>17 m</b>	<b>Traseul debutează cu escalada de față, după care prindem o fisură largă. Se continua apoi către stânga pe sub zona surplombantă, după care secțiunea finală este comună cu a traseului "Gruia", cu care are top comun.</b>

## SECTOR VINTEANUL

**Acces:** Traseele se află pe peretele suspendat din partea stângă, chiar înainte să se ajungă la refugiu. Pentru a ajunge la baza sectorului trebuie să se escaladeze o mică față (de circa 8 metri înălțime) până pe brână (există un spit pentru asigurare). O altă opțiune este să urcați prin vâlcetul din partea stângă a peretelui.

**Caracter:** Trasee variate: clasice sau de escaladă sportivă. Traseele scurte sunt intense, iar cele lungi cer o bună anduranță.

**Echipare:** Spituri vechi și pitoane.



<b>Nume traseu</b>	<b>Frumusețe</b>	<b>Grad Dificultate UIAA</b>	<b>Înălțime</b>	<b>Descriere traseu</b>
<b>1. Alizeul</b>	<b>1*</b>	<b>9+/10-</b>	<b>30 m</b>	<b>Traseu ce se parcurge în stil</b>

				clasic.
<b>2. Tornado</b>	2*	9+/10-	10 m	Traseu scurt, de față. Se desfășoară pe porțiunea de culoare galbenă a peretelui.
<b>3. Taifun</b>	3*	8+	30 m	Traseu susținut, de față, imediat în dreapta traseului "Tornado".
<b>4. Huricane</b>	3*	9+	30 m	Fratele geamăn al traseului "Taifun", situat imediat în dreapta acestuia.
<b>5. Orcan</b>	2*	8+	15 m	Escaladă de față pe riglete, desfășurată în stânga fisurii ușor vizibile.
<b>6. Briza</b>	1*	6-	20 m	Traseu în stil clasic. Se escaladează fisura vizibilă din porțiunea centrală a peretelui.
<b>7. Mistral</b>	2*	7+	15 m	Traseu scurt, desfășurat de-a lungul unui sistem de fisuri discontinue.
<b>8. Bora</b>	2*	6	15 m	Situat imediat în dreapta traseului "Mistral". Traseu ușor, de încălzire. Cele două trasee au top comun.

## SECTOR LA REFUGIU

**Caracter:** Trasee lungi, surplombante care cer o anduranță superioară. Pe vreme ploioasă, acest sector rămâne uscat în partea sa centrală.

**Echipare:** Spituri. Anumite topuri sunt cu spituri consolidate. Veți găsi și topuri nu foarte sigure.



Nume traseu	Frumusețe	Grad Dificultate UIAA	Înălțime	Descriere traseu
<b>1. Fly</b>	3*	8-	25 m	<b>Prima porțiune presupune mișcări de forță, după care dificultățile scad. Atenție la roca friabilă! Urmează o față cu riglete bune și mișcări întinse, după care se iese pe o mică brână (loc de odihnă). Se depășește porțiunea ușor surplombantă ușor spre stânga, după care traversăm diagonal dreapta către top.</b>
<b>2. Ecou</b>	3*	7+/8-	25 m	<b>Escaladăm direct fața surplombantă până la primul spît, după care se iese pe brâna confortabilă. Traseul urmărește în continuare un sistem de riglete și buzunare așezate în cele mai surprinzătoare poziții. Avem o mișcare întinsă înainte să ieșim pe o a doua brână (loc de odihnă). Urmează o traversare către</b>

				stânga (pas), după care se iese în top (comun cu topul traseului "Fly").
<b>3. Diagonal</b>	3*	6	25 m	Traseu cu asigurări mixte (pitoane și spituri) ce urmărește linia brânei orientată diagonal dreapta, după care iese pe fața către mica grotă suspendată. Traseu clasic prin varietatea mișcărilor.
<b>4. Afumătura</b>	3*	7-	25 m	Este traseul de încălzire din acest sector. Traseul începe efectiv din grotă afumată de la baza peretelui. Intrarea pe o porțiune surplombantă, dar pe prize mari, după care iese pe față. Escaladăm ușor către dreapta, iar apoi către stânga pe un diedru până în top. Această ultimă porțiune nu pune nici un fel de probleme.
<b>5. Muchie</b>	2*	8-	20 m	Se escaladează porțiunea inferioară lipsită de asigurări, care însă nu prezintă nici un fel de dificultăți. Urmează câteva mișcări pe buzunare, după care traseul continuă pe prize marginale (pas) până înainte de top.
<b>6. Marianelor</b>	3*	6	3LC	Aceeași intrare cu traseul "Muchie". În continuare se escaladează diedrul surplombant de deasupra. Asigurări mixte (pitoane și spituri). Pasul îl reprezintă o traversare către stânga înainte de a ajunge în top.
				Traseu ce se parcurge în stil

<b>7.</b> Guriță	1*	6	3LC	clasic. După escaladarea porțiunii inferioare se ajunge pe o brână de unde începe traseul propriu-zis. Escaladă de față surplombantă orientată diagonal-dreapta.
<b>8.</b> Vrabia	1*	9/9+	15 m	Pleaca din prima regrupare a traseului "Gurita".
<b>9.</b> Rândunica	3*	8+	20 m	Traseu de față surplombantă.
<b>10.</b> Wild Cat	Fantastic (top 10 rute)	8-	20 m	Porțiune inferioară ușoară. A doua parte, escaladă de față pe riglete.
<b>11.</b> Vrajitoare din Prăpăstii	Fantastic (top 10 rute)	8-	20 m	Traseu deosebit de frumos urmat de două extensii. Prima parte escaladă de față pe rocă frământată, după care se iese pe față pe riglete până în topă
<b>12.</b> Vrajitoare – Extensia 1	Fantastic	8+	40 m	Extensie a traseului "Vrajitoarea din Prăpăstii" de dificultate superioară primei lungimi.
<b>13.</b> Vrajitoare – Extensia 2	Fantastic	10	60 m	Ultima porțiune (și cea mai dificilă) a traseului "Vrajitoarea din Prăpăstii".
<b>14.</b> Soldatul Necunoscut	3*	7+	40 m	Intrare din grota nisipoasă. Continuăm spre stânga iar apoi în sus pe fața de deasupra.
				Este nevoie de o coardă de 80m sau va trebui să se fileze secundul din regrupare. Traseul începe din grota nisipoasă din partea dreapta a falezei. Prima secțiune este

<b>15.</b> Image de Toi	Fantastic	7+/8-	40 m	caracterizată de escaladă pe buzunare, după care se traversează diagonal dreapta în surplombă (pe prize mari). Se iese pe fața la echilibru. Urmează o întindere (pas) după care se ajunge la un loc de odihnă (spit cu veriga pentru rapel). Continuăm pe fața de deasupra pe prize mari până în top.
<b>16.</b> Image de Toi - Extensie	Fantastic (top 10 rute)	8+	60 m	Extensie a traseului "Image de Toi". Escaladă susținută de față.
<b>17.</b> Hilti Dance	Fantastic	8-	35 m	Escaladă de față. Este nevoie de o coardă de 70m.
<b>18.</b> Hilti Dance - Extensie	3*	8-	55 m	Extensie a traseului "Hilti Dance".
<b>19.</b> Schweizer	3*	7+	40 m	Escaladă de față surplombantă pe buzunare.
<b>20.</b> Schweizer – Extensie	2*	10	40 m	Extensia porțiunii inferioare.
<b>21.</b> Chiți	2*	9	10 m	Traseu scurt, surplombant, cu caracter de boulder. Are o variantă cotate cu gradul 10 dacă anumite prize nu sunt folosite.

## SECTOR MCM

**Caracter:** Câteva trasee scurte cu start surplombant.

**Echipare:** Spituri. Topuri cu spituri consolidate.



Nume traseu	Frumusețe	Grad Dificultate UIAA	Înălțime	Descriere traseu
<b>1.</b> Les Slaubeause	1*	7-	10 m	Pasul traseului este în secțiunea mediană și este constituit de o traversare către stânga.
<b>2.</b> MCM	2*	8-	12 m	Traseu cu caracter surplombant. Prize căzute. Parte superioară susținută.
<b>3.</b> Flatone	2*	7-	10 m	Traseul debutează cu o secțiune surplombantă pe prize mari. Urmează escalada la echilibru pe praguri mari la picior și prize căzute la mâini.
<b>4.</b> Șosetuța	1*	6+	8 m	Debut pe o porțiune surplombantă pe prize căzute, traversare diagonal dreapta, după care se revine către stânga la echilibru către top.

## SECTORUL PIN PIN

**Caracter:** Trasee scurte, însă variate, caracterizate de escaladă de diedre sau față surplombantă.

**Echipare:** Spituri. Topuri cu spituri consolidate.



Nume traseu	Frumusețe	Grad Dificultate UIAA	Înălțime	Descriere traseu
<b>1.</b> Escrava Isaura	2*	8+/9-	13 m	Escaladă la echilibru pe o față cu caracter surplombant în prima parte.
<b>2.</b> Marimar	1*	7+	13 m	Escaladă în opoziție de-a lungul unui diedru deschis.
<b>3.</b> Pascu	2*	8	2LC	Traseu în stil clasic. Surplombant în prima parte, după care se prinde un diedru deschis.
<b>4.</b> Happy Biceps to You	3*	9/9+	13 m	Surplombant în prima parte, după care urmează escaladă de față pe mișcări de forță.
<b>5.</b> Gepetto	2*	8+/9-	13 m	Escaladă în surplombă pe riglete și buzunare în prima parte, după care se iese în topul traseului "Happy Biceps to You".



<b>6. Pin Pin</b>	3*	8+/9-	12 m	Surplomba pe prize cazute. Iesire pe fata pe riglete si laterale.
<b>7. Foca</b>	2*	7-	12 m	Caracter surplombant în prima parte a traseului, urmat de escaladă de față. Atenție, deoarece spiturile sunt distanțate!

## SECTOR MANITU

**Caracter:** Trasee foarte frumoase, lungi și susținute, plasate pe o față impresionantă, pe partea dreaptă cum mergeți pe drum în amonte.

**Echipe:** Spituri. Topuri cu spituri consolidate.



Nume traseu	Frumusețe	Grad Dificultate UIAA	Înălțime	Descriere traseu
<b>1. Ghost Dog</b>	2*	8	13 m	Traseul se află pe un mic perete situat puțin mai sus de traseul "Manitu", pe partea dreaptă. Intrare din albia râului. Escalada de față pe riglete la aderență.
<b>2. New Beginning</b>	2*	6+	15 m	Situat în dreapta traseului "Ghost Dog". Se desfășoară diagonal stânga pe sub mica surplombă. Același top ca și "Ghost Dog".

<b>3. Andropause</b>	1*	8+	13 m	Traseu nefrecventat. Escaladă pe riglete și prize căzute.
<b>4. Menopause</b>	1*	9-	20 m	Traseu nefrecventat. Intrăm dintr-o scobitură pronunțată din albia râului după care traversăm diagonal către stânga către topul traseului "Andropause". Escaladă susținută în surplombă, pe riglete și prize căzute.
<b>5. Manitu</b>	3*	7+	23 m	Traseul se află pe coloana ce se înalță din albia râului. Primul spit este cam sus, însă asigurarea lui nu pune probleme. În continuare se escaladează în opoziție hornul abia conturat. Urmează pasul (întindere cu priză săpată), după care traseul continuă pe față, drept în sus.
<b>6. Coyote</b>	3*	10-	35 m	Traseu lung, de anduranță ce pornește de pe brâna ușor vizibilă. Escaladă de față pe prize căzute.
<b>7. Sirius</b>	3*	7+	25 m	Traseul pleacă imediat din dreapta traseului "Coyote". Escaladă de față pe riglete și prize laterale.
<b>8. Rodeo</b>	2*	8-	15 m	Escaladă de față pe praguri fine cu mișcări de echilibru. Prize săpate. Pasul este înainte de ieșirea în top.