

Montámolo ben?



Os integrantes da Asociación Deportiva Pasada das Cabras obrigámonos a erguernos moi cedo os domingos que temos ruta, vestirnos e almorzar sen case facer ruído para non molestar, acudir cargando coa mochila e os ollos inchados á estación de autobuses, saudar e meterse no autobús mentres soan as últimas ráfagas da movida de Burela.

Obrigámonos a ter as botas e a roupa en perfecto estado de revista listos para ser empregados, comida enerxética para picar entre quilómetros, bebida abundante, menciñas, brúxula, planos e cámara de fotos.

Obrigámonos a non fraquear mentres consumimos a ruta outorgándonos valor e forza (por exemplo: mentres escoitamos o latexar do corazón a 130 pulsacións cando subimos costas abasadoras, o escoitar a alguén dicir que faltan 5 Km. cando confiábamos en que era o último ou se os pés reclaman un lavado refrixerante para compensar o calor que aguantan despois de 4 horas de intensa marcha), para darnos confianza e acadar a meta.

Obrigámonos a respectar e admirar a Natureza que pisamos por que somos conscientes da súa beleza e do imprescindible que é para as nosas vidas e para todas as vidas.

Obrigámonos a ser solidarios uns con outros axudándonos a pasar sitios perigosos, ofrecéndonos comida e bebida, curándonos as feridas, animándonos, compartindo o xantar e queréndonos.

Pero detrás de todas estas obrigas está a satisfacción de practicar un deporte moderado en espazos abertos e con infinitas posibilidades.

Xa pasou un ano. Neste tempo reallizamos 15 rutas percorrendo uns 230 Km. e vamos para 250 socios.

Neste libriño atopamos fotos e comentarios de cada camiñada. Tamén propoñemos as sendas do ano 2006 que agardamos sexan do interese e gusto de todos.

Se esta nova etapa é tan boa, ou supera a anterior, entón si que é verdade que o montamos ben.

Unha aperta

O PRESIDENTE
Alfredo Llano García



Camiñante...

"Camiñante non hai camiño, faise camiño ao andar"

Como ben dixo Machado, "faise camiño ao andar", e non hai dúbida que este primeiro ano con **Pasada das Cabras** fixemos, andando, moitos camiños.

Percorremos camiños que están cerca, que nos levaron a Xove, Viveiro, Barreiros pero, tamén, pisamos camiños máis alonxados, desde Ferreira a Taramundi a Costa Naviega, na veciña Asturias e por León, polas Fragas do Eume e polo río Sor.

Nestes camiños fomos descubrindo paisaxes de montañas nevadas e húmidos vales, beiras de ríos e fervenzas fermosas, onde a natureza nos acompañou con castiñeiros, carballos, acivros, abelás e toda unha gama de cores en cada unha das estacións. Vimos nos prados o habilidoso corzo e o raposo madrugador, as garzas reais nos ríos e os buxatos nos altos cumes dos Picos de Europa e as osas en Proaza, sen esquecer nos azores e as troitas nos remansos dos ríos.

Tamén fixemos camiños gastronómicos, porque o bo facer da directiva permitiunos disfrutar en cada caso dos pratos típicos en cada sitio, buscando restaurantes para trinta ou noventa persoas, segundo fora o caso.

Foron camiños que nos permitiron descubrir moitas persoas, e digo descubrir porque a moitas coñecíamolas "de vista", pero logo de compartir con eles uns quilómetros de ruta, unha comida e unha charla, deixaron de ser anónimos a ter algo en común con nós: somos camiñantes, compartimos camiños.

E outros camiños. Outros que percorremos cada un en solitario. Os nosos camiños inte-



riores. O Camiño do esforzo e a superación, cando esa última costa nos quita o alento e sácanos as cores, pero que a subimos. O camiño da solidariedade e do compañeirismo, cando precisas unha axuda para saltar ese atranco na metade da senda e a tes aí ao teu lado. E o camiño da tolerancia, necesario para acadar que grupos tan numerosos e tan dispares como os que compartimos as rutas e mesa sempre cansados pero satisfeitos.

Parece cousa de maxia, pero aquí non hai máis maxia que a que nos regala Alfredo ao remate de cada comida. O resto é froito do esforzo, do entusiasmo e do traballo das persoas que ao longo deste primeiro ano capitanearon o barco.

Sen dúbida algunha levan a A.D. **Pasada das Cabras** polo camiño do éxito.

Concepción Camacho