

**SUBA,
NADE,
CORRA,
PEDALE...**

*e aproveite
a paisagem*

Copyright © *Herivelto Oliveira e Joel Kriger, 2023*

TEXTO: Herivelto Oliveira

REVISÃO DE TEXTO: Mônica Ludvich

PROJETO GRÁFICO: MAD Creative

Os relatos neste livro foram colhidos contando com a memória prodigiosa de Joel Kriger. Não foi necessário recorrer a nenhuma bibliografia. Mas para confirmar alguns fatos e datas usamos a pesquisa Google e dados publicados nos sites WIKIPÉDIA, UOL, G1, O GLOBO, VEJA, CBN, EXTREMOS, BBC, EURONEWS e NYTIMES.

É proibida a reprodução total ou parcial por quaisquer meios sem a autorização escrita do autor. Todos os direitos reservados.

Joel Kriger

**SUBA,
NADE,
CORRA,
PEDALE...**
*e aproveite
a paisagem*

Do **Monte Everest** ao **Canal da Mancha**,
os desafios do homem que virou atleta aos **50 anos**,
contados pelo jornalista **Herivelto Oliveira**.

CAPÍTULO 27

O CUME DO MUNDO

maio de 2022

LAT 27° 59' 17" SUL

LONG 86° 55' 31" OESTE

“Não costumo chorar. Mas, dessa vez, quando cheguei lá no alto da montanha, chorei. Chorei bastante.”

EVEREST AINDA MAIS ALTA

Joel Kriger passou as festas do Ano Novo de 2022 no interior de São Paulo, com Simone, os filhos e os netos. Foi uma semana de descanso para eles – e mais uma semana de treinos para ele. Naquele planejamento básico, a principal atividade era voltar ao Nepal pela quinta vez e encarar a quarta subida do Everest. Já estava tudo acertado na cabeça: seguiria com os treinamentos diários: às quatro da manhã a rotina começaria na piscina, revezando entre o Clube Curitibano e a Academia

8 Gustavo Borges. Na sequência, pelo menos 40 quilômetros de bicicleta e 10 de corrida. Desde a pandemia tinha trocado a rua pela bike no rolo e pela esteira. Agora com 68 anos, se sentia fisicamente melhor, apesar dos problemas que teve no ombro, no quadril e no tornozelo. Meses antes havia levado um tombo de bicicleta durante uma prova de triatlo. A reserva no Nepal estava garantida um ano antes. O pagamento foi feito em janeiro.

A vida seguiu normalmente no primeiro trimestre do ano. Em abril, no dia 8, sem muito alarde, Joel embarcou. Preferiu comunicar apenas à família e a alguns poucos amigos que estava indo de novo para a montanha. Muitos só ficaram sabendo quando viram algumas publicações nas redes sociais. Joel não quis comentar muito que iria seguir para o Everest mais uma vez. Não desejava criar expectativa dos amigos e nem levar tapinhas nas costas dos descrentes, que ainda assim lhe desejariam boa sorte.

Só depois de 15 dias, já instalado ao pé da montanha mais alta do mundo, o filho Ilan começou a fazer publicações da viagem nas redes sociais de Joel. Pai e filho fizeram esse acerto da publicação terceirizada pela primeira vez. Ilan recebia as notícias diretamente de Joel ou reproduzia as informações sobre o pai publicadas em sites que acompanhavam o deslocamento dos montanhistas.

A chegada em Katmandu foi na tarde do dia 9. De lá seguiu para Lukla. A rotina de treinos para adaptação à altitude foi mais ou menos igual às anteriores. Mas havia uma diferença importante – Joel fez o ciclo de aclimação e se programou para a subida na segunda das três janelas abertas para chegar ao cume. Caso houvesse algum imprevisto na subida, poderia tentar de novo na sequência. Kriger comentou:

“Não dá pra conseguir coisas diferentes se usar sempre os mesmos procedimentos. Essa máxima também é válida para as montanhas.”

A empresa contratada para a expedição foi a mesma de 2019, a Grade 6, mas o guia foi um alpinista local, Lopsang Sherpa, uma vez que Carlos Santalena estava em atividade em outra montanha, Makalu, também no Nepal. Joel chegou a se encontrar com ele no campo base, antes da subida. A Grade 6 montou um grupo de brasileiros, pequeno, mas muito focado e motivado: Joel Kriger, Ludmila Lucas, Gabriel Bassanesi e o experiente Carlos Canelas, que chegou ao cume do Everest em 2011. Agora ele queria chegar ao topo sem oxigênio. O australiano Ken completava o time. O sherpa que acompanhou Joel mais de perto foi Sonam Sherpa. O outro brasileiro na montanha foi o fotógrafo Gabriel Tarso. Ele estava documentando a expedição de um milionário árabe, que até parte da subida teve as refeições diárias trazidas de helicóptero.



A vivência nessa escalada durou 35 dias, um período de frio e desafios, mas também de boas histórias e novos amigos.

Joel conheceu João Carlos Rodovalho, ou simplesmente João Saci, um atleta que tem apenas uma perna e não se importa com o apelido. Os dois se encontram a caminho do campo base, a mais de 5.300 metros de altitude. João é de Goiânia e perdeu a perna esquerda ainda muito jovem, consequência de um câncer. Não foi a única dificuldade de João. Ele enfrentou a batalha contra a doença outras quatro vezes.

“O João fez do limão uma limonada. Caminhava seis, sete horas por dia. Estava sempre com sorriso no rosto e a cada passo nos dava uma nova lição de superação. Ele cumpriu o objetivo e virou mais um amigo da montanha.”

Depois de passar por mais uma cerimônia do Puja, Joel e o grupo começaram o caminho rumo aos 8.848,86 metros do topo do Everest. Esses 86 centímetros a mais foram resultado de uma medição recente feita por equipes nepalesas e chinesas, que há alguns anos discutiam a real altura da montanha. Existia inclusive a suspeita de que o Everest tinha perdido até 4 metros por causa do terremoto que atingiu o Nepal em 2015.

De dia, a rotina era de caminhada e subida. Mas, em algumas noites, havia música brasileira acompanhada de violão em rodas que duravam até tarde para os padrões da expedição. Apesar da descontração do grupo, todos se mantinham focados e seguiam à risca as orientações para se aclimatar à montanha.

MONTANHA E PANDEMIA

Não dá para esquecer que esta viagem, para Joel, foi com a novidade da Covid-19:

“Nunca tinha ido pra montanha com o risco de uma doença tão perigosa. Mas os cuidados com a segurança sanitária dos alpinistas foram reforçados. Soube de uma pessoa que chegou com sintomas de Covid e teve que voltar imediatamente, antes de fazer contato com o grupo.”

11

Joel conta também que seguiu usando máscara de proteção na primeira semana de escalada. Depois, já passado o ciclo de contaminação, relaxou e dispensou o uso.



JOEL SÓ SE LIVROU DA MÁSCARA DEPOIS DO PUJJA

Montanha acima, tudo acontecia exatamente como o planejado. O tempo colaborou dando dias de céu azul e temperaturas até agradáveis. Se comparada aos 40 graus negativos de outros anos, em 2022, a temperatura ficou na casa dos 22 graus negativos. E um aquecedor dentro da barraca trazia as agradáveis temperaturas do Brasil.

No terceiro fim de semana de maio, o grupo seguiu para o ataque ao cume. Foi aí que nem todos fizeram as coisas do mesmo jeito: Canelas seguiu firme até os 8.500 metros, mas nesse ponto sentiu os efeitos da altitude e desistiu. Agiu com a prudência de um alpinista experiente. Nunca é demais lembrar que outro grande alpinista brasileiro, Vitor Negrete, que atingiu o cume sem oxigênio, morreu quando passou mal na descida da montanha, em maio de 2006.

Gabriel Tarso, com seu grupo, subiu um dia antes e chegou ao cume na madrugada de domingo. Joel, Gabriel Bassanesi e Ludmila partiram exatamente às 19h15 do Nepal (11 horas no Brasil.). Sim, o fuso horário do Nepal tem esses 15 minutos acrescentados à hora oficial. O curitibano, sabendo de sua velocidade e fazendo o cálculo de que poderia levar mais tempo que os outros, seguiu um pouco à frente.

O TÃO SONHADO CUME VEIO DE MADRUGADA

O problema é que os cálculos de Joel não se confirmaram. Lentamente, ele foi se afastando de Ludmila e Gabriel. O resultado foi que às 3h45 no horário nepalês (19h30 no Brasil) do dia 16 de maio (madrugada de segunda-feira lá e noite de domingo aqui), o curitibano Joel Kriger entrou para o grupo seleta de alpinistas no topo do mundo

Mas o começo daquela noite foi tenso e a família de Joel, em Curitiba, custou a comemorar. Para quem estava acompanhando

do a subida pelo site Extremos, houve um momento de apagão, exatamente na noite de domingo por aqui e madrugada de segunda na montanha. Os equipamentos que indicam onde cada alpinista está ficaram um tempo sem atualizar as informações. Por volta das 9 da noite no Brasil, veio a confirmação de que Joel Kriger tinha chegado no topo. Na verdade, a notícia já circulava há algum tempo, mas ninguém cravava nada, até que o GPS dele confirmou a conquista.

“Não costumo chorar. Mas, dessa vez, quando cheguei lá no alto da montanha, chorei. Chorei bastante.”

15|16.05.2022 - 19:00 Brasil | 03:45 Nepal

Ataque ao Cume 2



ELIAS LUIZ

Gabriel Bassanesi, Ludmila Lucas, Joel Kriger e Carlos Canellas saíram para o Ataque ao Cume às 19h30.

Neste momento o Joel Kriger (via SPOT) está passando pelo Escalão Hillary. Não temos confirmação neste momento da posição dos outros brasileiros. É bem provável que estejam todos juntos, mas isso seria pura loteria falar, pois cada pessoa reage de forma diferente na escalada do Everest. Principalmente o Carlos Canellas que está escalando sem o uso de oxigênio suplementar. Os SPOTs da Ludmila e do Gabriel não estão

funcionando, por isso estamos tentando as confirmações por outros meios.

15.05.2022 - 19:48 Brasil | 04:33 Nepal

O SPOT do Joel Kriger está indicando cume. Mas teremos que aguardar a confirmação.

15.05.2022 - 20:03 Brasil | 04:48 Nepal

CONFIRMADO: Joel Kriger fez cume às 3h40, e já está descendo.

- Gabriel Bassanesi e Ludmila devem chegar ao cume dentro de uma hora.
- Carlos Canellas está no Colo Sul, não saiu para o ataque ao cume.

15.05.2022 - 21:40 Brasil | 06:25 Nepal

Gabriel Bassanesi e Ludmila Lucas chegaram ao cume do Everest às 6h15.

14 Quando se lembra do momento, o olhar de Joel se perde na lembrança. Imaginar o que veio junto com as lágrimas de Joel não é difícil: foram 18 anos, desde o trekking no Everest; foram inúmeras viagens a todos os continentes para atingir o topo de cada um deles; foram algumas contusões, cirurgias e muitas pessoas próximas dizendo para ele desistir; foram muitas perdas de momentos de diversão trocados pela rotina dos treinos; mas foram também anos de apoio irrestrito da família, dos amigos mais chegados e dos treinadores e preparadores. Tudo isso veio à cabeça na meia hora de frio no topo. Foi o coroamento da história de Joel e Joca, que, mesmo tendo ido embora três anos antes, estava ali ao lado do amigo, sempre sorridente e confiante.

“É CUME” foi a publicação feita por Ilan no perfil de Joel no Instagram. O texto escrito sobre uma foto em preto e branco tornou o feito ainda mais solene. A foto tinha sido tirada pelo companheiro de montanha Gabriel Tarso dias antes, num dos momentos de descontração dos alpinistas.





JOEL NA SUBIDA AO EVEREST NO REGISTRO DE GABRIEL TARSO

16 BANDEIRAS

Sim, a montanha tinha sido vencida, mas só depois de ter mostrado três vezes a Joel o que ele precisaria melhorar para conseguir chegar lá em cima.

“O foco com que eu subi o Everest desta vez fez toda a diferença. Estava muito confiante desde o começo. Tanto é assim que acabei fazendo o último trecho duas horas mais rápido do que o previsto.”

A única coisa que não deu muito certo lá em cima foi a sessão de fotos. O sherpa fez os registros, mas a bandeira brasileira não ficou bem estendida, embora ela seja inequivocadamente identificada. Joel também fez fotos com outras bandeiras – a da academia Gustavo Borges estava entre elas. Dias depois de chegar ao lugar mais alto do planeta, Joel recebeu uma homenagem da academia. Um outdoor com a frase “Um sonho nunca envelhece”.

Outra bandeira que ele estendeu foi de uma campanha internacional do Rotary australiano de combate à poliomielite. Ela visa arrecadar dinheiro para produzir vacinas e erradicar a doença no mundo.

Para não dizer que o cume foi perfeito, aquela imensidão de 360 graus que normalmente se avista lá de cima Joel não viu nem fotografou, exatamente por ter chegado lá em plena madrugada. Alguns amigos dizem na brincadeira com ele que agora é preciso subir de dia para fazer fotos melhores.

O sherpa que acompanhou Joel chegou pela sexta vez ao Everest e ainda assim ficou impressionado com o feito do brasileiro.

“Ele disse que eu era 10 anos mais velho que o pai dele, que não sobe mais montanhas.”

COSTELAS QUEBRADAS NA DESCIDA

Como Joel sempre disse, desde que começou sua vida nas montanhas, subir é apenas metade da jornada. E, depois de ter conquistado o topo do mundo e ter contemplado pouco mais de meia hora o que foi possível, ele começou a descida do Everest. Havia caminhado poucos metros quando escorregou e caiu de costas, prensando o cilindro de oxigênio entre ele e o chão. A dor muito forte paralisou o montanhista por alguns minutos. E um pensamento trágico passou pela cabeça dele:

“Se eu não conseguir andar, eu vou ficar por aqui.”

Seria uma grande ironia do destino chegar ao topo do mundo e não descer, virar mais um corpo na montanha. Para a sorte de Joel, ainda tinha sobrado um pouco de foco e determinação e ele conseguiu seguir em frente. Em alguns pontos foi praticamente carregado pelos guias. Obviamente que a descida se estendeu muito além do tempo. O normal para chegar ao Campo 3 são 10 horas, mas o grupo levou 18 horas de caminhada. Para piorar a situação, no Campo 3 não havia comida e eles tiveram que seguir, com toda a dificuldade, para o Campo 2.

Só lá foi possível chamar socorro. Um helicóptero removeu Joel até o hospital. O diagnóstico veio rápido: quatro costelas quebradas (nona e décima). Em Curitiba, uma semana depois, descobriu que outras duas costelas (quinta e sexta) também estavam quebradas.

Enquanto tudo isso acontecia do outro lado do mundo, a família de Joel aqui no Brasil não tinha notícias dele. Sim, havia

18 a confirmação do cume, mas nenhum contato com o brasileiro. A mais angustiada era a esposa Simone, que só na terça-feira de manhã, aqui no Brasil, recebeu o telefonema do marido dizendo que estava tudo bem. Uma pequena e desculpável inverdade contada para não a deixar preocupada.

NASCE UMA CELEBRIDADE DA MONTANHA

Antes mesmo de voltar ao Brasil, a primeira entrevista de Joel foi para o Meio Dia Paraná, da RPC (Rede Globo Paraná). A reportagem trouxe detalhes da subida: as rodas de violão durante a noite, os riscos constantes de avalanche a cada novo dia. A conversa foi gravada via internet. Joel já havia saído do Nepal, mas tinha seguido para Boston, nos Estados Unidos, onde acompanharia a formatura de um dos netos.

Numa entrevista para a Bandnews falou das costelas quebradas.

Já em casa, a primeira reportagem foi para o Globo Esporte, da RPCTV, que mostrou a chegada de Joel no aeroporto, onde a mãe, a mulher, os filhos, os netos e os amigos foram recebê-lo. Emoção, abraços e alívio: “O orgulho fica dividido com a preocupação”, disse a mãe, que aos 91 anos pôde compartilhar a alegria da conquista do filho.

Já, a mulher, Simone não perdoou Joel: “Você conta pra Bandnews que estava com costelas quebradas e não conta pra mim?” – foi a cobrança. Mas logo que ela ficou frente a frente com o marido deu nele um abraço de alívio e alegria.



Não demorou muito para Joel entender o tamanho do feito que acabara de realizar. Embora para ele mesmo em alguns momentos não parecesse tanto, ele virou uma celebridade instantânea. Afinal, não é todo dia que alguém perto dos 70 anos chega ao ponto mais alto do planeta. Aos 68 anos, Joel Kriger se tornou o brasileiro mais velho a cumprir a façanha. No mundo, ele é o nono.

Deu entrevistas, palestras, tirou fotos, participou de programas no rádio, na TV, na internet. Fez o sacrifício de ir dormir tarde para cumprir as longas entrevistas em podcasts. Foi personagem em reportagens na Band, Record, Folha de São Paulo, UOL, Estadão, CBN, Bandnews, Globonews, Veja, Flow Sport Club, só para citar alguns. Saiu na Globo, numa reportagem de três minutos e meio, no encerramento do Jornal Nacional.

No Flow Sport Club, podcast dos mais famosos do Brasil, Joel teve que se superar para uma participação de quase duas horas (à noite). O vídeo teve mais de 60 mil visualizações em um mês, mas um dos cortes foi visto por mais de 170 mil pessoas.

No final desta edição você vai encontrar o QR Code para ver algumas dessas entrevistas e também o documentário “Suba, Nade, Corra, Pedale e Aproveite a Paisagem”, que agora, na visão de Joel, também tem que ser atualizado.

PLANOS, PLANOS, PLANOS

Se até agora você não percebeu, o combustível de Joel é a adrenalina. Não aquela de descer na montanha-russa a 80 quilômetros por hora ou a de saltar de paraquedas. É uma adrenalina mais suave, em dosagem pequena, mas constante. Tanto é assim que ele já desenhou o que quer fazer nos próximos meses:

“Já estou recuperado das costas. Quatro semanas depois da escalada já pude voltar a nadar. Então agora vou correr atrás pra conseguir participar do KONA, o Campeonato Mundial de Iron Man do Havai. Foi lá que a prova começou. A classificação é em outubro, a prova é em novembro de 2023. Mas antes, é claro, vou buscar a travessia do Canal da Mancha.”

Como Joel Kriger não brinca em serviço, ele foi atrás do índice para KONA, participando do Iron Man em Cozumel, no México, no final de novembro de 2022. Depois de nadar, pedalar e correr, ele terminou em primeiro em sua categoria e garantiu a classificação para a prova do Havai. Nas redes sociais, uma postagem modesta do feito:



“Consegui fazer uma boa prova. Nadei e corri muito bem. No pedal ainda preciso melhorar a técnica. Vou me dedicar a isso em breve. No geral, fiquei satisfeito com os resultados e com a minha performance. Sigo em frente treinando para o objetivo maior, que é completar o Canal da Mancha. Agradeço a todos que torceram e vibraram por mim, e que venham os próximos desafios.”

CANAL DA MANCHA EM 2023

A janela para travessia começa em julho, com as provas de revezamento, e Joel já quer estar lá. Ele pretende cumprir mais uma vez a travessia por equipe e, depois, a individual. Teoricamente, é a última oportunidade para o curitibano, uma vez que as autoridades inglesas e francesas fixaram os 70 anos como idade máxima para cruzar o Canal. Mas Joel, se não conseguir em 2023, já está pensando em ir atrás de uma autorização especial para continuar tentando.

“Acho a travessia mais difícil do que os desafios da montanha.”

Quem vai contestar, não é mesmo? Não se tem notícias de quem tenha conseguido cumprir o desafio Everest-Canal da Mancha. Então, Joel está sozinho nessa e tem condição e determinação para ser o primeiro homem a fazer as duas coisas. Mas se engana quem pensa que ele pretende parar por aí:

“Ainda há alguns desafios interessantes, como escalar as sete maiores montanhas vulcânicas de cada continente. No caso, já escalei dois, Kilimanjaro e Elbrus. Ou subir as 14 montanhas acima de 8 mil metros. Uma delas já foi”, diz sorrindo.

22 8848 CESTAS

Quando optou por contar seus feitos num livro, Joel Kriger decidiu pela impressão de 3 mil exemplares. Uma parte foi vendida antes da conquista da montanha. Mas, depois que ele chegou lá, centenas de fãs buscaram adquirir um exemplar. E, para quem não sabe, Joel transforma os ganhos com o livro em um projeto social. O dinheiro arrecadado com as vendas serviu para comprar cestas básicas. Mais de 4 mil foram entregues até o final de 2022 para comunidades pobres e ONGs assistenciais, não só de Curitiba.

■ “Já enviei cestas até pra Goiás e Bahia.”

Alguns amigos fizeram uma provocação a Kriger: que ele devia entregar 8.848 cestas, igualando o número à altitude do Everest. O montanhista não retrucou. Apenas sorriu. E aceitou o desafio. Mais um, aliás. A agenda dele está cheia. Viagens, palestras, conversas, participação em seminários, as entrevistas não param. Ainda bem que uma das virtudes de Joel é administrar bem o tempo.

■ “O que mais dá satisfação é ver que as pessoas se motivam a fazer alguma atividade física a partir do meu exemplo. Os grupos de mais idade fazem mais perguntas e eu devolvo também com uma pergunta: qual é o seu Everest? Andar uma hora por dia, correr 5 quilômetros? Não importa. O que vale mesmo é começar uma atividade e focar nela.”

Quando a conversa é nas empresas, Joel adapta o discurso. Mostra o paralelo entre a vida corporativa e uma subida de montanha; fala da importância do planejamento e da busca por resultados.



CESTAS ENTREGUES EM TODO O BRASIL



Quando a conversa é nas empresas, Joel adapta o discurso. Mostra o paralelo entre a vida corporativa e uma subida de montanha; fala da importância do planejamento e da busca por resultados.

24 **É UM PÁSSARO? É UM AVIÃO? NÃO... É JOEL KRIGER!**

Claro que toda essa badalação não mexeu com a cabeça de Joel, que retomou seus treinamentos e começou a planejar a nova tentativa no Canal da Mancha. Não é teimosia. É a forma que ele encontrou de estar sempre conectado com o mundo. Ele é movido a desafios.

Joel Kriger é arredo a elogios e supervalorização de suas façanhas. Não se considera nem alpinista, como disse várias vezes enquanto o livro era escrito, e sim, um caminhante. Mas é claro que ele tem habilidades especiais. O cartunista Lipe Nero, do Flow Sport Club, desenhou um Joel Kriger entre cordas, no alto de uma montanha com neve. Mas, olhando bem a figura, lembra o Super Homem dos quadrinhos, com o punho à frente do corpo seguindo para salvar o planeta. Joel não voa, nem tem visão de raio X, nem força descomunal, nem mesmo vai livrar a Terra de algum risco. Mas quem duvida que o foco e a determinação deste curitibano não são coisas de super-herói? E ele ainda brinca:

“Se aos 86 anos estiver disposto volto para o Everest pra tentar ser o homem mais velho do mundo no topo da montanha.”

Será que isso é brincadeira mesmo?

CITAÇÕES

**NA
IMPrensa**

NA IMPRENSA

Jornal Nacional

“Aos 68 anos, um paranaense se tornou o brasileiro com idade mais avançada a escalar o Monte Everest.”

Estadão

“Joel Kriger, de 68 anos, fez história no último dia 15 de maio ao subir o Monte Everest: rotina de atleta do curitibano começou aos 50.”

Bandsport

“8.848 metros. A montanha mais alta do mundo. A barba branca, o rosto experiente, o brasileiro de mais idade a chegar ao topo do Everest.”

Bandnews FM

“Joel Kriger completou trajeto no Everest com duas costelas quebradas. Solidariedade entre montanhistas e qualidade de vida são as maiores marcas deixadas pela conquista.”

Globo Esporte

“Um abraço caloroso pra quem enfrentou um frio de 30 graus negativos. O brasileiro mais velho a escalar o Monte Everest chegou a Curitiba e foi recebido por quem que acompanhou todo o esforço do alpinista. A preparação começou aos 50 anos.”

CBN

“Atingir o topo do Everest é o sonho de todo alpinista. Na segunda-feira passada, um curitibano de 68 anos tornou-se o mais velho brasileiro a alcançar o ponto mais alto da montanha.”

Band

“Joel Kriger chegou ao topo do mundo e já pensa em novos desafios.”

Record

“O Everest é um desafio pra qualquer alpinista, um sonho difícil pra qualquer atleta alcançar. Mesmo jovem, superpreparado... imagina, então, pra quem já passou dos 60.”

Reinaldo Bessa

“O engenheiro curitibano Joel Kriger gastou muita sola até conquistar o topo do Everest, aos 68 anos de idade.”

Meio dia Paraná

“Para conseguir o feito, Joel Kriger, de 68 anos, se preparou durante 18 anos. Em Curitiba, ele seguia uma rotina severa de treinos.”

Gazeta do Povo

“Para Joel Kriger, o céu é o limite.”

Folha de São Paulo

“O que fazer quando aos 50 anos se está imerso na rotina sedentária de um escritório de comércio exterior? Para o engenheiro curitibano Joel Kriger, a resposta foi dar um passeio até o topo do mundo, ele mesmo, o Everest, meca entre nove entre dez montanhistas, mas façanha para poucos. Joel Kriger é um desses poucos. Mas ele só chegou lá no dia 17 de maio passado, aos 68 anos.”

QR CODES

**VÍDEOS,
ÁUDIOS E
IMPRESSOS**

34 VÍDEOS, ÁUDIOS E IMPRESSOS

Conheça mais da história, ouça e veja reportagens e entrevistas feitas com Joel Kriger, depois da subida do Everest. Alguns arquivos podem exigir inscrição ou assinatura para serem acessados



“Suba, nade, corra, pedale... e aproveite a paisagem”. Vídeo que mostra as aventuras do montanhista curitibano Joel Kriger.



Reportagem no encerramento do Jornal Nacional, em 20 de maio de 2022.



Entrevista ao Flow Sport Club, em 15 de junho de 2022.



Reportagem exibida no Programa Esporte na Band, em 18 de junho de 2022.



Reportagem publicada no Jornal Folha de São Paulo, em 10 de junho de 2022.



Reportagem exibida no Programa Globo Esporte Paraná, em 25 de maio de 2022.



Reportagem exibida pela Rádio CBN Curitiba, em 20 de maio de 2022.



Reportagem publicada no Portal RIC Mais, da Rede Record, em 19 de maio de 2022.

FOTOGRAFIAS

**APROVEITE A
PAISAGEM RUMO AO
TOPO DO MUNDO**



Aclimação no
cume do Lobuche



Aclimação no Pumore



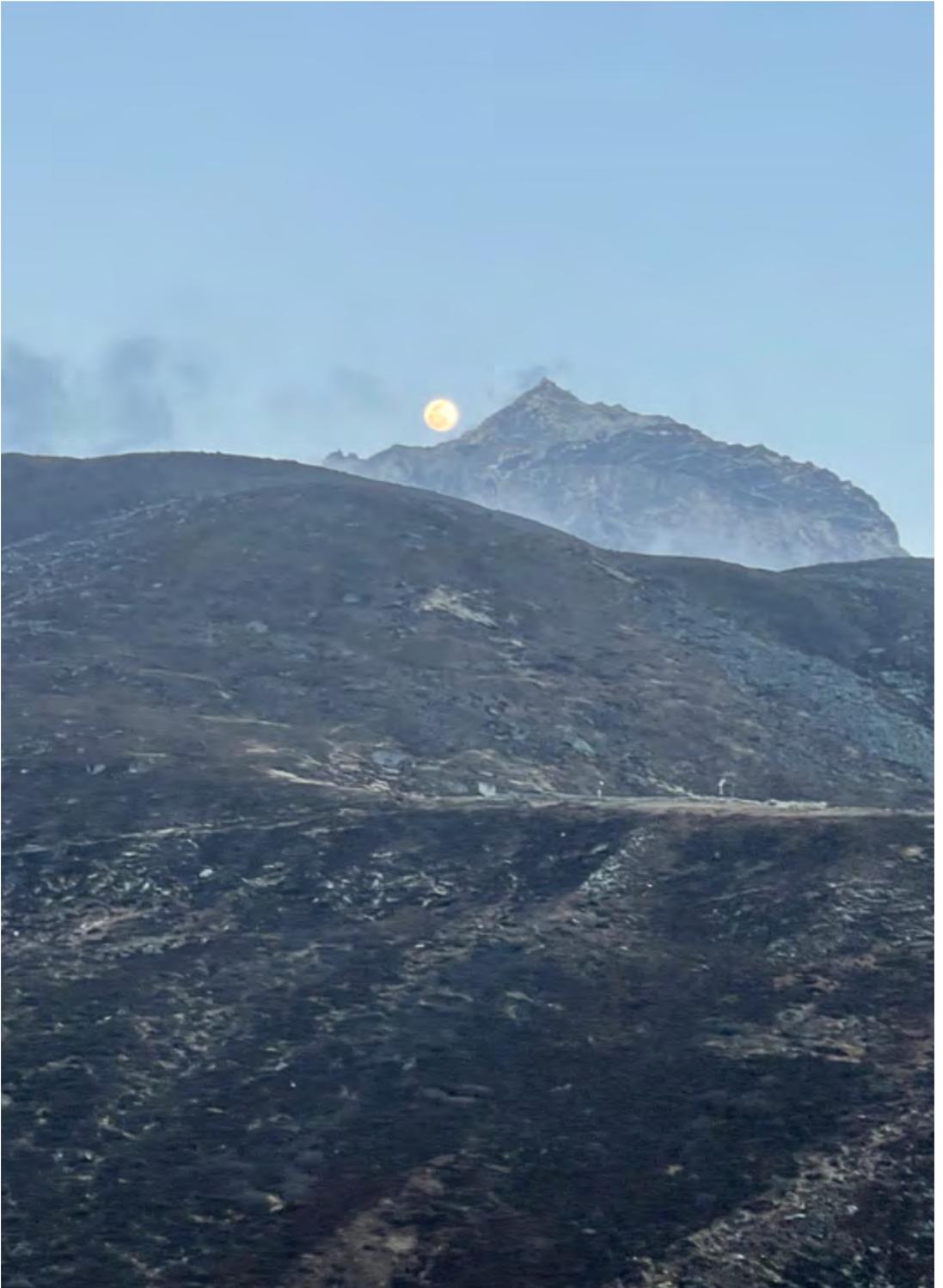
Mais um Puja



Recebendo as energias no Puja



Aquecedor na barraca



Lua cheia ao fundo do Everest



Equipe de sherpas

Henrique, Gabriel, Ludmila, Carlos Canelas, Carlos Santalena e Joel





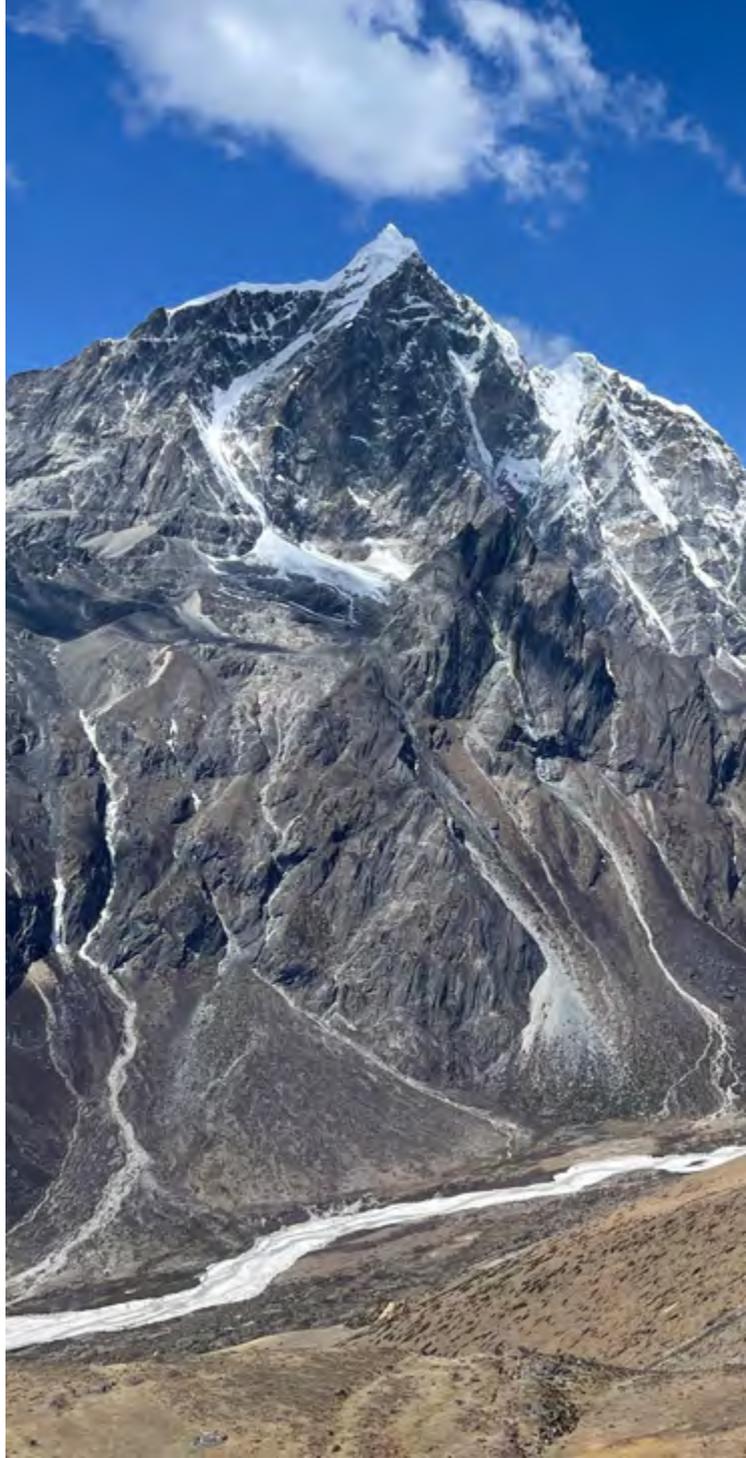
Joel recebe uma bandeira do gaúcho



Joel e João Saci







Paisagem





Pronto para o último ataque ao cume



Joel chegou lá



Gráfico do Extremos



Charge de Lipe Neto do Flow Sport Club