CURRICULUM DEPORTIVO

Gengis Kanhg Toledo Ramírez

gengiskanhg@hotmail.com

Alta Montaña

- Curso Básico 1996 CEMAC Veracruz. Aprobado Satisfactoriamente.
- Curso Intermedio 1998 CEMAC. Aprobado Satisfactoriamente.
- Cuerpo de Instructores Curso Básico 2000 CEMAC.

Diversas ascensiones en la República Mexicana cubriendo las principales como son: Cofre de Perote 4.250msnm., Malinche 4461msnm, Nevado de Toluca 4680msnm, Iztaccihuatl 5220msnm, y Pico de Orizaba 5610msnm. Habiendo alcanzado cumbre mas de 5 veces en el Cofre de Perote, 1 en el Nevado de Toluca, mas de 2 en el Iztaccihuatl (una de las cuales por la Rampa de Oñate, lugar prohibido para novatos) y una en el Pico de Orizaba (Citlaltepec) al frente de una cordada. Escalada en hielo en paredes verticales en el Glaciar de Ayoloco del Iztaccihuatl.

Escalada en Roca

- Curso Básico 2000 CEMAC. Aprobado Satisfactoriamente.
- Ayudante del Curso Básico 2001 CEMAC.

Varias rutas en el Distrito Federal, Estado de México, Hidalgo, Veracruz y otros lugares (Los Dínamos, Perros, El Cantil, Tres Peñas, Cerro Catedral, Cañon de Aculco, Las Ventanas, Quiahuiztlán (Veracruz), La Pluma (Veracruz), Peña Bernal entre otras) Grados de 5.8 a 5.10. Escalada en punta. Exteriores e interiores. Escalada completa de La Ventana Mayor (150m) y Peña Bernal (300m).

Espeleología

- 1er Curso de Espeleología 1995. CEMAC Veracruz. Destacada Participación.
- Curso Básico 1999 CEMAC. Aprobado Satisfactoriamente y Primer Lugar.
- Ayudante del Curso Básico 2000. CEMAC.
- Coordinador e Instructor del Curso "Introducción a la Técnica Vertical" 2001. CEMAC Veracruz.

Cuevas de Pinoltepec (Veracruz), Atoyac (Veracruz), Cuitlahuac (Veracruz); Totomachapa (Sierra de Zongolica, Veracruz), el Mogote, Zacatecolotla, La Joya (dos veces) y la Sima Popocatl, Veracruz (dos veces).

Río

- Curso Básico 1999. CEMAC. Aprobado
- Curso de Timonel en Balsa de Rápidos. 2000. Compañía Diversión en Río, Veracruz.
- Curso de Kayak en Rápidos 2001. Compañía Diversión en Río, Veracruz.

Decenas de descensos en el Río Actopan Clase III, mas de 5 en el Río Pescados Clase IV, 2 en el Río Lerma, 1 en el Río Amacuzac y en 2 veces en el río de Clase Mundial Pacuare de Costa Rica. Clase IV+ Muchas salidas de Kayak en aguas planas y Kayac de Mar.

Bicicleta de Montaña

Múltiples Recorridos como son: Xalapa-Veracruz (100kms), Cerro Gordo - Rinconada, Perimetral Laguna de Catemaco, Veracruz - Tejar - Jamapa, Cofre de Perote - Conejos - Sierra de Agua, Veracruz - La Antigua - Veracruz y muchas rutas más de exploración y entrenamiento.

Buceo libre

Innumerables salidas al Mar Veracruzano, Arrecifes Blanquilla, Isla Salmedina, Abnegada de Afuera, Arrecife de Punta Delgada entre otras.

Exploración

Diversos lugares en los alrededores de Veracruz: Recorridos por la Costa, Soledad de Doblado, Paso del Macho, Atoyac, Cerro de los Metates, etc; Alrededores de Xalapa: Xico, Cerro Las Lajas, Volcancillo, Cerro Gordo, El Zetal, Pinoltepec, etc; Sierra de Zongolica, Cañada del Río Metlac, Cuitlahuat. Ascenso nocturno en solitario Perote - Cofre de Perote (25 Kms).

Socio del Club de Exploraciones de México, A. C. desde 1995 a la fecha.

Guia Oficial del Club de Exploraciones de México, Sección Veracruz y Retaguardia Oficial en CEMAC (Central). Miembro de la Mesa Directiva en CEMAC Veracruz en 1996 como Secretario General, 1997 como Secretario General y Tesorero y 1998 como Tesorero. Miembro de la Mesa Directiva del CEMAC (Central) como Comisionado de Cómputo e Internet del 2000 a la fecha y como Secretario del Exterior, Secciones Foráneas y Clubes Alpinistas en el actual año.

Participaciones adicionales

Primeros Auxilios Cruz Roja Mexicana (1996)

Carrera de 9 Km. del Tigre Deportes en el Puerto de Veracruz. (Tiempo 50 min)

Reconocimientos

De la FMDA (Federación Mexicana de Deportes de Altitud) por participar en la Organización de la Competencia Internacional SKYRUNNERS 1998 en el Iztaccihuatl.