



ALCATEIA TREKKING

# Conselheiro Mata

Diamantina



# Resumo

Cronograma

**Sábado - Cachoeiras das Fadas e Telésforo**  
- 3km

**Domingo - Cachoeira 7 Quedas, Cachoeira Diamante e Telésforo** - 2km  
Total km dois dias: Média de 5km

Dificuldade física:  
Fácil



# 1º Dia - Sábado: Cachoeiras 3km

07:00 - Café da manhã(incluso);  
08:30 - Trilha para Cachoeira das Fadas;  
09:00/12:00 - Aproveitar a parte alta e baixa da cachoeira;  
12:30 - Almoço(incluso);  
13:30 - Embarque na van e ida para o camping;  
15:00 - Montagem da barraca, aproveitar a cachoeira e a prainha...  
Restante da tarde e noite livre para descansar.

Podem levar bebidas e lanches para curtir a noite no camping. Há churrasqueiras espalhadas pelo local.

**Bebidas alcoólicas só podem ser usadas à noite, após a trilha.**

No grupo de WhatsApp, ou antes de sairmos da cidade, podemos combinar e juntar o grupo para curtir e dividir juntos.

Embora curto o caminho para as Fadas, ele tem algumas pedras para pular. Pessoas com mobilidade reduzida podem ter dificuldades.

O camping tem chuveiros com água fria e banheiros. Os guias auxilião na montagem da barraca.

# 2º Dia - Domingo: Quedas do Telésforo;

2km

06:00 / 07:00 – Café da manhã (não incluso). Podem acordar no horário que preferirem. Podemos combinar um café da manhã coletivo no grupo de WhatsApp.  
08:00 – Vamos explorar as cachoeiras acima da queda do Telésforo.  
08:30 / 12:00 – Cachoeira Diamante e Cachoeira Sete Quedas.  
12:30 – Curtir o Telésforo e a prainha. Podem levar bola, peteca, etc.  
A tarde será livre. No camping há um bar que vende marmita, caso não queiram cozinar ou levar lanches.  
16:00 – Retorno para BH.

## Observações:

- O dia é bem leve. Quem não quiser subir para as quedas de cima pode aproveitar o Telésforo.
- A trilha para a parte alta não é difícil, mas envolve uma subida com algumas pedras.
- Por volta das 15:00, vamos desmontar o acampamento para o retorno a BH.

# O que levar?

## **Camping/Pernoite:**

Vocês não terão que carregar os itens, a van para no camping.

necessário para os passeios durante o dia.

- Barraca(confira o aluguel pelo whatsapp);
- Saco de dormir 20° ou uma manta/coberta;
- Kit cozinha (panela, fogareiro e gás) se não for cozinhar, não precisa levar;

## **Geral:**

- Protetor solar;
- Roupa de banho;
- Chinelo;
- Óculos de sol;
- Boné ou viseira;
- Bota de trilha ou tênis;
- Blusa de proteção uv;
- Calça de trilha, legging ou bermuda;
- Bateria portátil;
- Kit higiene pessoal;
- Lenço umedecido;
- Papel higiênico;
- Bandana tubular;

# Refeições

## Café da manhã

- **Sábado:** Em Conselheiro Mata, café incluso.
- **Domingo:** Cada um deverá levar seus lanches;

## Almoço e jantar

- **Sábado almoço:** Incluso na cidade, antes de irmos para o camping;
- **Sábado jantar:** Cada participante faz seu jantar, podem combinar no grupo para dividir.

**Ideias:** macarrão com calabresa, milho... ou arroz e frango, legumes.

Indicamos mais ideias no grupo de wpp.

- **Domingo almoço:** Podem levar lanches ou comprar marmitex no camping

## Lanches:

- Chocolate ou outro doce;
- Sucos e isotônico;
- Castanhas, amendoins, coco;
- Frutas secas(uva passa, damasco...)
- Sanduíches (evitar maioneses e recheios que perecem facilmente);
- Frutas frescas(banana, manga, uva, etc)
- Biscoitos salgados, doces ou integrais;
- Marmita sábado (frango, ovo cozido, legumes...)
- Bisnaguinha e patê de atum;
- Achocolatado com whey;

# Dúvidas

**Terá banho quente no camping?**

**Não, chuveiro com água fria;**

**Não tenho itens de camping, como posso fazer?**

**Existem algumas opções disponíveis: você pode alugar, pegar emprestado com algum amigo ou dividir uma barraca com alguém do grupo que esteja disposto a compartilhar.**

**Essa trilha é indicada para crianças?**

**Sim, crianças amam esse roteiro, possível levar bola, peteca pra brincar na areia e as trilhas não são pesadas.**

Dúvidas

**Se tiver mais alguma dúvida, entre em contato pelo nosso WhatsApp e esclareça tudo antes de concluir sua compra.**