



ALCATEIA TREKKING

# Réveillon na Juatinga

Pé na areia, banho de mar e água doce

Pr



**Dificuldade física:**  
Moderada  
Indicada para pessoas  
fisicamente ativas

**Maiores dificuldades:**  
-Calor da Mata  
Atlântica na trilha;  
-Subidas e descidas.

## **Distância total: Aproximadamente 37km**

**Distância 1ºdia 29/12: 9km**

**Distância 2ºdia 30/12: 8km**

**Distância 3ºdia 31/12: 10km (possível ir de barco)**

**Distância 4ºdia 01/01: 10km - (possível ir de barco)**



# Resumo

4 dias

- 28/12 - Domingo-** Embarque em Belo Horizonte  
**29/12 - Segunda-** Praia do Sono, Praia dos Antigos, cachoeira e fim de tarde em Ponta Negra;  
**30/12 - Terça** - Cachoeira Saco Bravo + barco;  
**31/12 - Quarta-** Praia da Sumaca;  
**01/01 - Quinta-** Praia de Cairuçu das Pedras e retorno BH.

## Logística da bagagem no primeiro dia

Antes de iniciarmos a trilha, vamos encontrar o barqueiro e entregar todos os itens de camping e demais coisas que não serão usadas no 1º e 2º dia.

Assim, seguimos apenas com o essencial para a caminhada. Depois de concluirmos a trilha do Saco Bravo, seguimos para Martim de Sá, onde nossa bagagem já estará esperando por nós.

# Turismo de Base Comunitária

As vilas caiçaras da Juatinga mantêm a tradição de acender uma fogueira na praia em todas as viradas de ano, celebrando a chegada de novos ciclos em conexão com a natureza.

## Camping em Martim de Sá

O camping é simples: não possui energia elétrica e os chuveiros são de água fria. Mas é justamente isso que torna essa virada de ano especial — cercados pela tranquilidade, pelas praias paradisíacas e pelo contato direto com a natureza.

## Família Remédios

A família Remédios, que vive em Martim e protege a reserva, mantém vivas as tradições locais. Em respeito ao legado de seu pai, Neneco, eles não vendem bebidas alcoólicas no camping e não permitem som alto, garantindo um ambiente de paz e respeito à cultura caiçara.

### Transporte de itens

Para tornar a experiência mais confortável, vamos contratar um barco que levará bebidas e outros itens para os dias em Martim. Se quiser levar vinho, cerveja, lanches ou até uma bola, basta deixar na van no dia da saída. O motorista entregará tudo ao barqueiro no dia 29/12, e os itens estarão lá nos esperando.

# **Dia 29/12 (Segunda): Praia do Sono x Ponta Negra**

- Iremos iniciar na Vila Oratório e seguir até a Praia de Ponta Negra(9km).
- Subidas e descidas durante todo o dia, maior parte da trilha é dentro da mata atlântica.
- Chegaremos em Ponta Negra por volta das 16:30 e seguiremos para a Pousada da Lidiani(quartos compartilhados).
- Chuveiros com água quente.
- Tem restaurantes na praia, preço médio de refeição R\$60,00, vendem porções, bebidas...

- Praia do Sono;
- Mirante do Sono;
- Praia dos Antigos;
- Praia dos Antiguinhos;
- Cachoeira das Galhetas;
- Praia de Ponta Negra;

# **Dia 30/12(Terça): Cachoeira Saco Bravo**

- Vamos conhecer a belíssima Cachoeira do Saco Bravo. Tomar um banho de cachoeira de frente para o mar...
- Café da manhã será servido as 05:30 e iniciaremos a trilha a 06:00.
- Teremos um condutor credenciado da Reserva da Juatinga + guias da Alcateia.
- Serão 8km no total de caminhada, a trilha se inicia com uma subida forte e depois fica mais tranquilo, com 2 pontos de água no caminho. Trilha de dificuldade moderada, dependendo do condicionamento de cada participante.
- Previsão de chegada de volta em Ponta Negra às 14:00. Iremos organizar nossos itens e seguir de barco para Martim de Sá;

**Café da manhã e jantar incluso.**



# **Dia 31(quarta): Praia da Sumaca**

No dia da virada, nosso roteiro será uma caminhada até a Praia da Sumaca, em uma trilha total de aproximadamente 10 km. O trajeto leva em torno de 2 horas entre Martim de Sá e Sumaca: começamos com uma subida de 2,5 km, seguida de uma descida até a praia. Na volta, o desafio é encarar essa descida no sentido contrário, com cerca de 1,3 km de subida. Apesar do esforço, a recompensa é grande: a Praia da Sumaca é simplesmente maravilhosa, perfeita para celebrarmos o último dia do ano em grande estilo.

O dia inclui café da manhã e, à noite, um jantar de ceia especial. Após retornarmos a Martim de Sá, teremos tempo para nos arrumar e curtir a virada do ano na praia, com toda a magia e a energia desse lugar único.

**Quem não quiser fazer a trilha de Martim até a Sumaca, ou de Martim até Cairuçu, pode ficar curtindo a Praia de Martim de Sá ou ir de barco (consultar preços pelo wpp). Outra opção é ir de trilha e retornar de barco...**

# **Dia 01(quinta): Cairuçu das Pedras**

No nosso último dia, tomaremos café da manhã às 08h00 e, em seguida, faremos a trilha até Cairuçu das Pedras

**Essa atividade é opcional:** quem estiver cansado poderá descansar ou optar por fazer o trajeto de barco (valores informados no dia). Após a trilha e o tempo de praia, retornaremos ao camping para tomar banho, desmontar as barracas e organizar a bagagem.

Na sequência, pegaremos o barco em direção a Paraty Mirim, onde nossa van estará esperando para o retorno a Belo Horizonte.

**Será 1 hora de travessia de barco até a van. Previsão de chegarmos na van as 16:00.**

# Informações Adicionais

O camping em Martim de Sá conta com banheiros simples espalhados pela área, todos compartilhados, e chuveiros de água fria. Não há luxo: não existem espelhos nos banheiros e o ambiente é roots.

No restaurante da praia, além das refeições completas, também são servidas porções de batata frita, pastéis e açaí, opções perfeitas para quem quiser apenas petiscar ou se refrescar durante o dia.

Esse roteiro é para quem busca uma vibe pé na areia, com trilhas pela Mata Atlântica, muito banho de mar e a tranquilidade de uma imersão na Juatinga.

É a oportunidade de começar o ano vivendo uma experiência singular de camping, em contato direto com a natureza e longe das distrações da rotina.

# O que levar?

## Trilhas:

- Protetor solar;
- Roupa de banho;
- Repelente;
- Chinelo;
- Óculos de sol;
- Boné ou viseira;
- Canga;
- Blusa de proteção uv;
- Calça ou short;
- Bota de trilha/tênis;
- Lanterna;
- Kit de rémedios;
- Anorak;
- Roupa para a noite;
- O que mais você julgar necessário.

# O que levar?

## Higiene Pessoal:

- Desodorante;
- Escova e Pasta de dente;
- Bucha e Sabonete;
- Shampoo e Condicionador;
- Creme Hidratante;
- Toalha;

## Camping/Mochilão:

- Barraca;
- Saco de dormir ou lençol;
- Isolante térmico ou colchão inflável;
- Mochila de 60 litros;
- Bastão de trilha;
- Lanches;



ALCATEIA TREKKING