



# Ibitipoca

**Março - 2 dias**



# Resumo

14/03 e 15/03

**Sexta 13/03-** Saída de Belo Horizonte no final da noite;

**Sábado 14/03-** Janela do Céu

**Domingo 15/03 -** Circuito das Águas e retorno BH

**Distância total: Aproximadamente 21km**

**1º dia: 16km**

**2º dia: 5km**

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



ALCATEIA TREKKING



# **Dia 14(sábado): Circuito da Janela**

- 05:30: Chegada na Pousada, entrada nos quartos.
- 06:00: Café da manhã na pousada.
- 07:00: Saída para o parque.
- 07:30: Início da trilha Janela do Céu(16km total);  
Curtir o visual, tirar fotos, aproveitar a cachoeira, descansar...
- 16:00: Chegada na portaria, embarque na van.
- Noite livre na cidade.

## **DIFICULDADE:**

Trilha considerada moderada á difícil, por conta da sua extensão, subidas e descidas, exposição ao sol durante todo o percurso. Não indicado para pessoas sedentárias ou iniciantes que tem dificuldade com trilhas mais longas.



# Dia 15(domingo): Circuito das Águas

- 06:30 - Café da manhã na pousada;
- 07:30 - Embarque na van, ida para o Parque;
- 08:00 - Início da trilha;  
Curti as cachoeiras, visita gruta, descansar...
- 14:30 - Embarque na van;
- 15:00 - Almoço(não incluso) e organizar o retorno para Belo Horizonte;
- 17:00 - Retorno Belo Horizonte;
- 23:00 - Previsão de chegada em BH;

Trilha considerada fácil são 5km no total.  
Tem várias quedas e poços para curtir,  
percurso tranquilo e bem gostoso.



# O que levar?

- Mochila de 20L;
- Lanterna Headlamp + Pilhas reserva;
- Recipientes para o transporte de água (mínimo 1,5L);
- Remédios de uso pessoal (relaxante muscular, analgésicos...)
- Produtos de higiene pessoal;
- Protetor solar creme ou spray;
- Repelente;
- Canga;
- Óculos de mergulho(opcional);
- Carregador portátil;
- Roupa de banho;
- Roupa para noite;
- Pijama
- Chinelo;
- Blusa de proteção uv;
- Short ou calça;
- Viseira ou chapéu;
- Óculos escuros com proteção UV;



ALCATEIA TREKKING



# Incluso:

- Guia Alcateia;
- Guia local;
- Transporte de van;
- Diárias em pousada com café da manhã;
- Todas as taxas de entrada nos 2 dias;
- Seguro Roca aventura;

